

# TÄS ME 24.2.2016 KLO 19.00

Autenttinen liike -työskentely esityksellisenä  
tapahtumana

TEKIJÄ: Karoliina Rosenberg

Koulutusala Kulttuuriala	
Koulutusohjelma Tanssinopettajan koulutusohjelma	
Työn tekijä Karoliina Linda Mirjam Rosenberg	
Työn nimi TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 - Autenttinen liike -työskentely esityksellisenä tapahtumana	
Päiväys	24.10.2016
Sivumäärä/Liitteet	62/10
Ohjaaja Paula Salosaari	
Toimeksiantaja/Yhteistyökumppani Savonia Ammattikorkeakoulu/ Itäinen tanssin aluekeskus	
<p>Tiivistelmä</p> <p>Tämä on taiteellisen opinnäytetyön <i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> raportti tanssitaiteilija Karoliina Rosenbergin näkökulmasta. Teos on luonteeltaan yleisöä osallistava ja tutkii Autenttinen liike -työskentelyä esityksellisenä tapahtumana. <i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> on toteutettu yhteistyössä tanssitaiteilija Veera Ahosen kanssa. Teoksesta nähtiin useita demo versioita eri puolilla Suomea syksyn 2015 aikana ja prosessi huipentui Kuopion Sotkulle perinteiseen teatteritilaan 24 päivä helmikuuta 2016.</p> <p>Opinnäytetyö avaa ensin teoksen prosessin ymmärrettävyyteen tarpeelliset käsitteet ja teoria pohjaa teoksenrakentumisen takana. Raportin toisessa puoliskossa avaan teoksen koreografista prosessia, jossa tutkimme kuinka Autenttinen liike -työskentelyn voisi tuoda esitykselliseksi tapahtumaksi. Riittääkö Autenttinen liike -työskentely sellaisenaan näyttämölle? Tutkimme prosessin aikana myös miten häiriötekijät eli katsojat ja muut ympäröivät olosuhteet vaikuttavat liikkujan roolissa oleviin tanssijoihin. <i>Teos TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> asettaa katsojan todistajan rooliin todistamaan kahden kehon liikettä. Katsoja ei ole teoksessa passiivinen sivustaseuraaja vaan pääsee vuorovaikutuksessa muiden katsojien kanssa osaksi teoksen rakentumista. Teos rakentuu neljästä eri osiosta ja muotoutuu joka kerta ainutlaatuiseksi kokonaisuudekseen, riippuen tilasta sekä katsojien suhteesta annettuihin tehtäviin.</p> <p>Teoksen rakentumisen aikana syvennyin oman kehoni kuunteluun ja Autenttinen liike -työskentelyn käsitteeseen. Prosessi on tuonut minulle lisää varmuutta omista kiinnostuksen kohteistani niin tanssitaiteilijana, kuin pedagoginakin. Koen taiteellisen opinnäytteemme olleen tärkeä liikkeellinen ja kokemuksellinen avaus monelle katsojalle. Se on saanut paljon positiivista palautetta osakseen. Autenttinen liike -työskentely on vielä melko tuntematon käsite Suomessa. Haluaisin olla mukana tuomassa tätä kehotietoisuuden harjoittamisen metodia yhä useampien tietoisuuteen.</p>	
<p>Avainsanat</p> <p>Autenttinen liike -työskentely, demo, prosessi, teos, katsoja, liikkuja, todistaja.</p>	

Field of Study Culture			
Degree Programme Degree programme in Dance Teacher			
Author Karoliina Linda Mirjam Rosenberg			
Title of Thesis TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 - Authentic movement as a performance			
Date	24.10.2016	Pages/Appendices	62/10
Supervisor Paula Salosaari			
Client Organisation /Partner Savonia University of Applied Sciences, Music and Dance / Regional Dance Center of Eastern Finland			
<p>Abstract</p> <p>This is the written part of the artistic thesis <i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> from the dancer Karoliina Rosenberg's point of view. Piece participates audience and investigates Authentic Movement as a stage performance. <i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> was produced in cooperation with my colleague Veera Ahonen. The piece was performed multiple times as a demo version in a different cities and different kind of places in Finland during the autumn of 2015. The whole process culminated in the traditionall theater space of Sotku, Kuopio 24th of February 2016.</p> <p>The first part of the thesis explains the main concept and theoretical background. The second part opens up the choreographic process where we investigate how to bring Authentic Movement to the stage. Is it enough just by it self? During the process we also investigate how the stage enviroment and the audience affect the movers. <i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> puts the audience in the role of a witness watching the movement of the two moving bodies. Instead of being a passive actor the audience gets an opportunity to take part in the building process of the piece. The piece includes four different parts and each time a unique experience is created, depending on the space the piece is performed in and on the involvement of the witnesses.</p> <p>In the process of making this piece I really concentrated on listening to my own body and on the idea of Authentic Movement. This process has brought me more confidence about my own interests as a dancer and a dance pedagogue.</p> <p>I believe that our artistic thesis <i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</i> has been an important first experience of kinetic and experimental way of dancing or moving to many participants. There has been a lot of positive feedback about the piece. Authentic Movement is still quite an unknown movement practice in Finland and in many dance schools. I would like to be involved in spreading the message of this body awareness method to people.</p>			
<p>Keywords</p> <p>Authentic Movement, demo, process, experience, mover, witness.</p>			

## SISÄLLYSLUETTELO

<b>SISÄLLYSLUETTELO.....</b>	<b>4</b>
<b>1 JOHDANTO.....</b>	<b>6</b>
<b>2 OPINNÄYTETYÖN KESKEISTEN KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY .....</b>	<b>7</b>
2.1 <i>Autenttinen liike -työskentely .....</i>	7
2.1.1 <i>Autenttinen liike -työskentelyn kaksi roolia .....</i>	7
2.1.2 <i>Tavoitteena kehon kuuntelu.....</i>	8
2.2 <i>Osallistava taide.....</i>	9
2.3 <i>Immersiivinen eli upottava esitys.....</i>	10
2.4 <i>Intersubjektiivisuus .....</i>	10
2.5 <i>Kontakti-improvisaatio .....</i>	10
<b>3 TEOKSEN TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 LÄHTÖKOHDAT .....</b>	<b>11</b>
3.1 <i>Autenttinen liike -työskentelyn merkitys minulle .....</i>	11
3.2 <i>Autenttinen liike heijastuu tanssin historiassa .....</i>	11
3.3 <i>Alkusysäys teokselle .....</i>	12
<b>4 KOHTI TEOSTA.....</b>	<b>13</b>
4.1 <i>Miten yleisön voisi asettaa tilaan ja osallistaa mukaan teokseen? .....</i>	13
4.2 <i>TÄS ME xx.xx.20xx klo xx Demot ja workshopit .....</i>	14
4.2.1 <i>Autenttinen liike -työskentelyn workshop 1.9.2015 - 5.9.2015 .....</i>	14
4.2.2 <i>Tanssi Itää-ilta Sotkulla 19.9.2015.....</i>	16
4.2.3 <i>Demot tanssisalissa 09-10.2015, viikot 45-49 .....</i>	17
4.2.4 <i>TÄS ME 10.10.2015 klo 13.00 &amp; 14.00 .....</i>	17
4.2.5 <i>TÄS ME 11.11.2015 klo 13.30 .....</i>	18
4.2.6 <i>Diskomiinat.....</i>	19
4.3 <i>Missä teos voisi tapahtua? .....</i>	20
<b>5 TEOKSEN TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 RAKENNE .....</b>	<b>21</b>
5.1 <i>Ensimmäinen osio: Kaikki ovat yhtä ja ryhmäytyminen.....</i>	21
5.2 <i>Toinen osio: Todistajaksi valmistelemisen ja ohjeistus .....</i>	23
5.3 <i>Kolmas osio: Liikkujat ovat eriytyneet, värikkäät rullat ja omat tehtävät .....</i>	23
5.3.1 <i>Todistaminen ja oman tehtävän toteutus .....</i>	24
5.3.2 <i>Todistajien tehtävät.....</i>	25
5.4 <i>Neljäs osio: Lopetus ja suuri yhteinen paperirulla avautuu.....</i>	26
<b>6 TEOKSEN RAKENTUMISEN PROSESSI.....</b>	<b>27</b>
6.1 <i>Elokuun treenit ja päätyminen teoksen työstöön.....</i>	28



6.2	<i>Autenttinen liike -työskentely esityskontekstissa?</i>	29
6.2.1	Pohja-ajatusten kirkastaminen	30
6.2.2	Mikä on yleisön rooli?	31
6.2.3	Tehtävärullat	32
6.2.4	Video vai ääninauha?	33
6.2.5	Miten suljemme teoksen?	34
6.3	<i>Teoksen nimeäminen</i>	34
6.4	<i>Demot ja workshopit osana teoksen työstöä</i>	35
6.4.1	Ulostulojen merkitys teoksen prosessissa	35
6.4.2	Paperirulla osana teoksen työstöä ja kehittymistä	36
<b>7</b>	<b>KOHTI TAITEELLISEN OPINNÄYTTEEN ENSI-ILTAA</b>	<b>38</b>
7.1	<i>Ensimmäinen kerta näyttämötilassa</i>	38
7.2	<i>Miten dokumentoida Autenttinen liike -työskentelyä?</i>	38
7.3	<i>Markkinointi ja sosiaalinen media</i>	40
<b>8</b>	<b>OPINNÄYTE TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00</b>	<b>41</b>
8.1	<i>Häiriötekijät</i>	41
8.2	<i>Yleisökeskustelu</i>	42
8.3	<i>TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 esitystila ja -tekniikka</i>	43
8.3.1	TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 Valojen toteutus	44
8.3.2	TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 ääninauhan ajo	45
<b>9</b>	<b>POHDINTA</b>	<b>46</b>
9.1	<i>Vapaus ja vastuu katsojalle</i>	46
9.2	<i>Syventyminen Autenttinen liike -työskentelyyn prosessin aikana</i>	46
9.3	<i>Teoksen tulevaisuus</i>	47
9.4	<i>Autenttinen liike -työskentely pedagogin työkaluna</i>	48
<b>10</b>	<b>TEOKSEN HENKILÖKOHTAISUUS JA MERKITYS MINULLE</b>	<b>49</b>
<b>11</b>	<b>LÄHTEET</b>	<b>52</b>
<b>12</b>	<b>LIITTEET</b>	<b>53</b>

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyöni käsittelee Autenttinen liike -työskentelyä teos kontekstissa, esityksellisenä tapahtumana, teoksena. Taiteellinen työ on toteutettu yhteistyössä tanssija Veera Ahosen kanssa syksyn 2015 ja alkuvuoden 2016 aikana. Teoksen koko prosessin kaari on ollut pitkä ja vaiheikas. Olemme hakeneet perspektiiviä kaupunkitiloista ja esiintyneet teoksen demo-versiolla eripuolilla Suomea. Prosessimme huipentui helmikuussa 2016 Kuopiossa Sotkun teatteritilassa, jolloin yleisö pääsi kokemaan Autenttinen liike -työskentelyyn pohjaavan osallistavan teoksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00.

Olen valmistunut tanssijaksi Pohjois-Karjalan Ammattiopisto Outokummusta vuonna 2014. Jo tällöin olin kiinnostunut liikkeen vapaudesta ja irti päästämisen tunteesta, hetkistä ilman todellisuuden asettamia raameja. Nämä ovat itselleni keskeisiä käsitteitä myös Autenttinen liike -työskentelyn yhteydessä. Marraskuussa 2013 teatteri Kiisulla nähtiin tanssijan tutkintoni lopputyö, sooloteos Päästä irti. Teos tutki toiston ja liian kauan tekemisen rajapintoja. Olin kiinnostunut esiintyjän yleisösuhteesta ja kinesteettisen aistin herättämisestä läpi katsoja kokemuksen. Tanssiteos Päästä irti rakentui näyttämölle rakenteellisen improvisaation eli score-työskentelyn pohjalta.

Koen tämän Ammattikorkeakoulututkintoni taiteellisen opinnäytetyön jatkumona tuolle vuoden 2013 prosessille. Olen syventänyt tietämystäni Autenttinen liike -työskentelystä ja päässyt pohtimaan esittäväntaiteen sekä katsojan roolin mahdollisuuksia. Mihin rooliin ja kuinka suuren vastuun yleisölle voi teoksessa antaa, miten venyttää näitä rajoja kohti immersivisempää katsojakokemusta.

Tämä opinnäytteeni kirjallinen osuus on kirjoitettu pohjautuen omiin kokemuksiini työprosessin aikana. Raporttini avaa Autenttinen liike -työskentelyn käsitettä lukijalleen sekä sen mahdollisuuksia taiteellisessa työskentelyssä. Avaan myös sitä, miten päädyimme omasta sisäänpäin kääntyneestä liikkeellisestä työskentelystäämme näyttämötilaan osallistavan teos-konseptin kanssa.

Lopuksi pohdin myös teoksen tulevaisuutta ja arvoa taiteenkentällä. Avaan aihetta myös taiteilijapedagogin näkökulmasta sekä Autenttinen liike -työskentelyn mahdollisuuksia tanssikoulumaailmassa omien näkemyksieni ja kokemuksieni kautta.

## 2 OPINNÄYTETYÖN KESKEISTEN KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Tässä luvussa avaan taiteelliseen opinnäytetyöhöni, osallistavaan teokseen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 ja sen prosessiin liittyviä keskeisiä käsitteitä lyhyesti. Prosessin aikana oma tietämykseni Autenttinen liike -työskentelystä syveni ja tutustuin myös teoria pohjalta itselleni vieraampaan käsitteeseen Immersiivinen taide. Pohdimme prosessin aikana Veera Ahosen kanssa myös kontakti-improvisaation käsitettä.

### 2.1 Autenttinen liike -työskentely

Authentic Movement eli Autenttinen liike on improvisatorista liikkeen vapauteen perustuvaa hetkessä olemisen tutkimista ja harjoittelua. Autenttinen liike -työskentelyssä on olennaista se, ettei tapahtumia arvoteta. Sen kehitti 1950-luvulla Yhdysvaltalainen psykoterapeutti Mary Whitehouse (Monni 2004, 41-42). Autenttinen liike -työskentelyä harjoitetaan usein pareittain, jolloin toinen parista on liikkujan ja toinen todistajan roolissa (Monni 2004, 42). Autenttinen liike -työskentelyä kuvataan vapaaksi dialogiksi oman kehon ja tietoisuuden välillä: näiden informaatioiden seuraamista ja reflektointia (Monni 2004, 51).

Silmät kiinni liikkujan roolissa työskentelevä henkilö tarvitsee todistajan. Todistajan tehtävä on tapahtumia arvottamatta seurata liikkujaa. Liikkeellisen työskentelyn jälkeen tapahtumia reflektoidaan ensin kirjoittaen ja piirtäen. Tämän jälkeen liikkuja ja todistaja pääsevät jakamaan kokemuksiaan keskustellen. Monesti usean parin työskenneltyä yhtäaikaaisesti samassa tilassa, jaetaan kokemuksia myös kaikki yhteisesti. (Monni 2004, 68.)

Autenttinen liike -työskentelyn pioneereja ovat olleet Mary whitehousen lisäksi Joan Choroow ja Janet Alder, jotka ovat kehittäneet metodia mm. Meditaatioon ja keho-mieli yhteyden löytämiseen. He kehittivät sitä osaksi psykoterapeuttista prosessia tuomaan tiedostamattomia ajatuksia tietoisuuden pariin, sekä ennen kaikkea taiteelliseen prosessiin tuomaan uusia ideoita ja näkökulmia. (Authentic Movement Community 2016.)

#### 2.1.1 Autenttinen liike -työskentelyn kaksi roolia

Liikkujan roolissa oleva työskentelee usein silmät kiinni, katsoen sisäänpäin omaan kehoonsa ja seuraa sieltä kumpuavia liikeimpulsseja. Toinen parista on todistajan roolissa, hänen tehtävänsä on omalla läsnäolollaan tukea ja kannatella liikkujan tekemistä omalla läsnäolollaan (Monni 2004, 51).

Autenttinen liike -työskentelyssä lähdetään aina liikkeelle liikkujan lähtökohdista ja hänen vallitsevasta olotilastaan. Todistajan roolissa olevan henkilön on pyrittävä päästämään irti kaikista omista ennako olettamuksistaan liikkujaa tai liikettä kohtaan. (Monni 2004, 51.) Liikkuja itse pyrkii unohtamaan tietoisuutensa ja antautumaan kehonsa kuuntelulle.

Kirsi Monni kirjoittaa taiteellisen tohtorintutkintonsa liitteessä Alexandertekniikka ja Autenttinen liike -työskentely: Kaksi kehotietoisuuden harjoittamisen metodia seuraavasti: "Liikkuja asettuu avoimen odottamisen tilaan ja herkistyy humioimaan kehollisia muutoksia ja niihin reagoimista, sisäisiä impulsseja, joilla on aistillinen, kehollisesti koettu laatu. Kyse on kehollisen aistimuksen seuraamisesta, siitä, että antaa impulssin ottaa liikkeellisen, fyysisen toiminnan muodon." Avoin odottaminen on siis eräänlainen kehon kuuntelun tila, tyhjyys, jossa mitä tahansa voi tapahtua keholle antautumisen kautta. Metodien kehittäjä, tanssija ja tanssiterapeutti, Mary Whitehouse kutsuikin Autenttista liikettä alunperin termillä Movement in Depth, Liikettä syvyydessä. (Monni 2004, 52.)

Monni tiivistää todistajan roolin merkityksen: "Näkijä elää hetkestä hetkeen suhdetta liikkajaan, jonka liikkeen näkeminen ja todistaminen voi olla voimakas kokemus. Autenttinen liike työskentelyssä näkemisen kyky vaatii myös näkijältä avautumista ei-ennakoidulle, tiedostamattomalle. Näkijä tarjoaa myös reflektion mahdollisuuden liikkujalle." (Monni 2004, 79.)

Todistaja eli Monnin lainauksessa käytetty Näkijä, ohjaa myös omalla mahdollisimman neutraalilla kosketuksellaan liikkujaa jos tilanne näyttää vaaralliselta. Tällainen vaaratilanne voisi olla esimerkiksi rajussa liikkeessä olevan liikkujan törmäämisen vaara toiseen silmät kiinni olevaan liikkajaan tai seinään. Liikkujalla on vapaus olla kontaktissa tilaan, toisiin liikkujiin tai todistajiin jos kohtaamisessa ei näy vaaraa.

Omasta kokemuksestani käsin ihmisen kosketus, etenkin johonkin suuntaan ohjaava, on herkemmin omaa keksittymistä syövä kuin jonkin elottoman kuten seinän kanssa törmääminen.

### 2.1.2 Tavoitteena kehon kuuntelu

Autenttinen liike -työskentely eli Authentic Movement pohjaa Jungilaiseen psykoanalyysiin. Jungin ajattelun yksi keskeisistä käsitteistä, Active Imagination eli aktiivinen mielikuvitus, kuvaa prosessia jossa tekijä sallii tiedostamattoman nousta esiin. Liikkuja avaa itsensä tiedostamattomalle silti säilyttäen valppaan, tarkkaavaisen sekä aktiivisen refleктоivan asenteen. (Monni 2004, 47.) Tämä avoimen odottamisen tila on siis eräänlainen kehon

kuuntelun muoto, ikäänkuin tyhjyys, jossa mitä tahansa voi tapahtua keholleen antautumisen kautta.

*”Pian kaikki katoaa. Ei teemoja, vain menoa.  
Tuki perääntyvästä hiekasta. Ihon kuorinta.  
Heilureita ja uurtuvia kuvioita”*

*Lainaus työpäiväkirjastani 19.8.2015*

## 2.2 Osallistava taide

Osallistava taide on mielestäni hankala käsite, ainakin teoreettisesta näkökulmasta. Se liitetään usein yhteisötaiteeseen, mutta mielestäni osallistavaa taidetta tapahtuu monissa eri ilmenemismuodoissa. Teoksessa TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 on kyse esitykseen paikalle saapuneiden ihmisten teokseen mukaan osallistamisesta.

Näyttämötaide perinteisesti nähdään kahtia jaettuna tilana. Näyttämöllä toimivat esiintyjät ja katsomossa penkkiriveillä istuvat teosta katsomaan tulleet ihmiset eli yleisö. Näyttämön ja esiintyjien välillä on niin kutsuttu neljäs seinä, joka eriyttää näyttämön tapahtumat yleisön tilasta eli katsomosta. Teos tapahtuu sille osoitetulla alueella ja yleisö osoittaa suosiotaan lopuksi taputuksin, jolloin myös esiintyjät luovat kontaktin katsomossa istuviin ihmisiin hymyin ja kumarruksin.

Itse en ole ikinä nähnyt tätä asetelmaa hedelmällisenä omissa teoksissani tai ajatuksien herättämisen tarveksi ruokkivana asetelmana. Näiden rajojen rikkominen esityskontekstissa voidaan mielestäni lukea osallistavaksi taiteeksi.

Osallistavassa taiteessa yleisön ja esiintyjien tai toiminnan suhteet asettuvat uuteen valoon, kun yleisö pääsee osallistumaan taiteen syntymiseen ja esityksen tai taidehetken toteutumiseen. Osallistava taide yhdistetään usein yhteisötaiteeseen, jossa keskeistä on vuorovaikutus ja kommunikaatio yleisön kanssa, ihmissuhteet ja taiteen syntymisessä mukana oleminen. Taiteilija siis järjestää edellytyksiä toiminnalle ja yleisö tai mukana oleva ryhmä ei tarkkaile taidetta vaan osallistuu sen tekemiseen. Näin ollen kyse on tilanteen mukaan muuntuvasta ja toistamattomasta taiteesta. Osallistava esitys tai muu osallistava taide on aina sidoksissa läsnäolijoihinsa ja tapahtuu vain kerran samanlaisena. (Sederholm 2000, 113.)

### 2.3 Immersiivinen eli upottava esitys

Immersiivisyys esityskonseptissa tarkoittaa moniaistista katsojakokemusta, jossa katsoja ei ole passiivinen sivusta seuraaja, vaan merkittävässä osassa teoksen rakentumiselle. Katsoja pääsee sisään teoksen maailmaan ja voi itse tehdä valintoja omasta katsojakokemuksestaan. Väitöskirjaansa immersiiivisestä taiteesta kirjoittava Sami Henrik Haapala puhuukin blogi-kirjoituksessaan katsojan upottamisesta teoksen sisään: ”Immersiiviset esitykset luovat useimmiten visuaalisen maailman, jonka sisään katsojat upotetaan. Immersiivisyys tarkoittaa upottamista. Immersiivisyys ja interaktiivisuus kuitenkin sekoittuvat usein teoksissa.” Immersiivisyys ja osallistavuus ovat kaksi eri asiaa, mutta niitä usein nähdään saman teoksen sisällä. (Haapala 2015.)

### 2.4 Intersubjektiivisyys

Intersubjektiivisyys ei ole ollut teoksemme prosessissa suuresti esillä ollut käsite, emmekä ole Veera Ahosen kanssa yhteisesti pohtineet asiaa. Itselleni tämä teema on kuitenkin ollut vahva jo useamman vuoden ja olen itse perehtynyt aiheeseen. Siksi haluan nostaa intersubjektiivisuuden käsitteen esille myös tässä raportissani.

Intersubjektiivisyys on määritelmä erityisesti ihmisille ominaisesta kognitiivisesta ja sosiaalisesta kykyvystä ymmärtää ja jakaa keskenään subjektiivisten kokemusten sisältöä. Kuten esimerkiksi tunteita, havaintoja, ajatuksia tai kielellisiä merkityksiä vuorovaikutuksessa sekä muussa yhteisessä toiminnassa. (Tieteentermipankki 2015.)

Taiteellisen tohtorintutkintonsa liitteessä Alexandertekniikka ja Autenttinen liike - työskentely Kirsi Monni avaa intersubjektiivisuuden käsitettä esimerkikin avulla: ”Esimerkiksi näkisin, että ihminen linkkaa jalkaansa, mutta en käsittäisi, mitä tämä liike- muoto tarkoittaa. Kyky ymmärtää ihmisen liikettä ja habitusta intersubjektiivisessa maailmassa on synnynnäistä (vaikka tietysti myös kulttuurista ja historiallista) ja se toimii kehon kaavan (body schema) perustalta. Kehittyneen kehon kaavan välityksellä ihminen osaa suhteuttaa visuaalisen havainnon omaan, eletyn kehon kokemuksen tuomaan ymmärrykseen muodon merkityksellisydestä maailmasuhteena.” (Monni 2004, 43.)

### 2.5 Kontakti-improvisaatio

Kontakti-improvisaatio kehittyi 70- luvulla amerikkalaisen tanssija-koreografi Steve Paxtonin kiinnostuksesta kahden kehon yhdessä liikkumisesta ja painovoiman tutkimisesta. Lajista kehittyi kaikille avoin painon antamista ja vastaanottamista, nostoja, kantamista, johtamista ja seuraamista tutkiva tekniikka. Kontakti-improvisaatio on löytänyt liikemalleja myös so-

siaalisista tansseista, urheilunpiiristä sekä kamppailulajeista. Kontakti-improvisaatio on levinnyt maailmanlaajuisesti tunnetuksi lajiksi. (Banes 2003, 78.)

Kontakti-improvisaatio on syntynyt postmodernismin aikaan. Feminismi vaikutti lajin sukupuolikäsitykseen ja sukupuolten väliseen tasa-arvoon. Laji ei rajaa rooleja siitä kuka voi nostaa ketä tai ketkä tanssivat yhdessä. (Banes 2003, 78.) Tässä painovoiman ja liikesuuntien tutkimuksessa keskeistä on kehojen kuuntelu, sekä tekijöiden keskinäinen luottamus.

### 3 TEOKSEN TÄS ME 24.2.2016 KLO 19.00 LÄHTÖKOHDAT

Tässä luvussa avaan omia lähtökohtiani ja motiivejani teoksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 rakentumiselle. Kerron niistä ajatuksista, jotka saivat minut pohtimaan Autenttinen liike -työskentelyn arvoa esityksellisenä tapahtumana ja taiteellisessa opinnäytetyössä. Avaan myös omaa taustaani Autenttinen liike -työskentelyn parissa.

#### 3.1 Autenttinen liike -työskentelyn merkitys minulle

Olen valmistunut Pohjois-Karjalan Ammattiopisto Outokummun tanssin koulutuslinjalta ammattitanssijaksi keväällä 2014. Nykytanssin ammattikoulutus painottaa release-tekniikkaa sekä tutkivia ja somaattisia menetelmiä. Opintojeni aikana teimme Autenttinen liike -työskentelyä säännöllisesti opettajamme Katariina Vähäkallion johdolla.

Outokummun tanssinkoulutus muutti käsitystäni omasta kehostani ja löysin itseni sekä kehoni resurssit uudesta näkökulmasta. Koen löytäneeni oman tapani liikkua ja hahmottaa kehoani suhteessa liikkeeseen nimenomaan Autenttinen liike -työskentelyn kautta.

Olen käyttänyt Autenttinen liike -työskentelyä välineenä oman kehoni tilan tarkkailuun ja sen monipuolisempien liikemahdollisuuksien etsimiseen sekä työkaluna teosten luomisprosesseissa. Autenttinen liike -työskentely on myös paljastanut liikemaneereitani.

#### 3.2 Autenttinen liike heijastuu tanssin historiassa

*”Liike, joka taistelee painovoimaa vastaan tai  
on ristiriidassa luonnon muodon ja liikkeen kanssa,  
tuottaa steriiliä liikettä, eikä voi olla tulevaisuuden  
liikettä, vaan kuolee sellaisenaan.”*

*Ote työpäiväkirjastani 4.8.2015*

Mielestäni tämä teksti, jonka olen kirjoittanut työpäiväkirjaani 4.8.2015 luettuani Isadora Duncanin artikkelin Tulevaisuuden tanssi kirjasta Hetken vangit (Suhonen 1991,11-12), perustele miksi Autenttinen liike -työskentely luo tulevaisuuden liikettä ja mahdollisuutta kehittää henkilökohtaista liikekieltään sekä koko tanssin kenttää. Autenttinen liike -työskentely herkistää painovoiman kuuntelulle ja jokaisen omalle luonnolliselle tavalle liikkua. Myös monet muut modernin tanssin pioneerit puhuvat oman kehon kuuntelusta ja sitä kautta liikkumisesta. Itse näen Autenttinen liike -työskentelyn kautta suurta potentiaalia kehittyä missä tahansa tanssitekniikassa, oman kehon ja painovoiman tutkimisen kautta.

### 3.3 Alkusysäys teokselle

Tein opinnäytetyön taiteellisen osion Autenttinen liike –työskentelyä lavatapahtumana tutkivan TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 kollegani ja luokkatoverini Veera Ahosen kanssa. Olimme molemmat palanneet elokuun 2015 alussa Kuopioon omista kotikaupungeistamme kesäloman vietosta. Työt olivat meillä molemmilla jo alkaneet, mutta koulu ei jatkuisi vielä kuukauteen. Törmäsimme töiden merkeissä ja mietimme, että olisi kiva päästä jo treenaamaan itsekin ja herättelemään kehoa kohti koulun tuomaa arkea ja tiukkaa treeniä.

Päätimme yhteistuumin auringon porotuksen innoittamina lähteä tekemään Autenttista liike -työskentelyä ulkoilmaan. Muutaman kerran ehdimme työskennellä ns. perinteisen kaavan mukaan, täysin todistajana ja liikkujana. Ilman puhetta tai keskustelua asiasta aloimme myös videokuvata toistemme liikkumista. Tekeminen imaisi meidät mukaansa ja pääsimme näkemään myös konkreettisesti videolta mitä oli oman työskentelyn aikana tapahtunut.

Varsinainen alkusysäys teoksen tekemiselle ja Autenttinen liike -työskentelyn tuomiselle esityskonseptiin tapahtui Kuopion Valkeisen lammen rannalla. Olimme tehneet molemmat noin tunnin verran Autenttinen liike -työskentelyä, kun luoksemme rantahiekalle käveli mies. Tämä meille täysin vieras henkilö tuli kiittämään tanssiesityksestä. Naurun ja hämmästyksen sekaisin tuntein selitimme, että olimme vain harjoittelemassa itsellemme ja avasimme miehelle hieman toimintaamme hiekalla ja rantavedessä. Tämä hämmentävä kohtaaminen elokuun auringon alla jäi mieliimme ja pian huomasimmekin jo työstävämme tätä ajatusta kohti teoksen rakentumisen prosessia.



## 4 KOHTI TEOSTA

Ennen kuin jaoimme ajatuksiamme Autenttinen liike -työskentelystä esityksellisenä tapahtumana, olimme molemmat ehtineet työstää ajatusta kohti esitystä tahoillamme. Oli siis luontevaa ja hedelmällistä aloittaa yhteistyö Ahosen kanssa kohti näyttämöteosta TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00.

Sami Henrik Haapala ja Lija Fisher kiteyttävät Yle Areenasta löytyvässä haastattelussa (Kultakuume-ohjelman jaksossa "Katsoja, olet keskellä esitystä!") mielestäni hienosti myös omia lähtökohtiani sekä motiivejani teoksessa TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00. Lija Fisher puhuu immersiiivisen katsojakokemuksen avoimuudesta. Hän kokee nykypäivän taidekentällä, jokaisen teoksen yrittävän sanoa kaiken ja ottaa kaikkeen kantaa. Fisher sanookin: "Sain puhtaasti kokea" sekä "minun ei tarvinnut ymmärtää kaikkea". (Heikkinen 2015.) Nämä ajatukset ovat esitystaiteessa myös itseäni viehättäviä. Haluan luottaa katsojaan ja liikkeeseen, kaikkea ei tarvitse yrittää sanoa, vaan katsojalle voi jättää myös omaa tulkinnan ja teoksen rakentumisen varaa.

Halusimme selvittää kolme seikkaa: Voiko Autenttinen liike -työskentely olla esityksellinen tapahtuma? Miten häiriötekijät kuten yleisö tai teatteritilan muuttuvat valot vaikuttavat omaan kehoon uppoutumiseen? Olimme kiinnostuneita siitä muuttuuko liike paineistetuksi tai feikiksi suorittamiseksi esityskonseptissa?

Lähtökohtamme teoksen rakenteessa ja luonteessa oli yleisön fyysinen osallistaminen mukaan teokseen kokemaan. Olemme molemmat olleet kiinnostuneita osallistavasta taiteesta esitys konseptissa. Toinen keskeinen teemamme alusta-alkaen oli Autenttinen liike -työskentelyssä omaan kehoon uppoutuminen häiriötekijöiden keskellä, oman keskittymisen ja kehon kuuntelun haastaminen.

#### 4.1 Miten yleisön voisi asettaa tilaan ja osallistaa mukaan teokseen?

Halusimme teoksestamme yleisöä osallistavan ja päädyimmekin jo varhaisessa vaiheessa ajatukseen yleisön asettamisesta todistajan rooliin, jolloin he pääsevät todella osallistumaan teoksen tapahtumiin. Prosessin aikana yleisön osallistaminen kasvoi askel askeleelta. Lopullisessa opinnäytteessämme 24.2.2016 yleisö oli hyvin tärkeässä roolissa koko teoksen rakentumisen kannalta.

Piiri-muodostelma oli myös mukana alussa asti, ennen kaikkea käytännön syistä. Jos olisimme kaks silmät kiinni olevaa liikkujaa, yleisölle olisi helpoin saada pidettyä meidät

kontrollissa ympäröimällä meidät joka suunnasta. Samalla huomasimme tämän mahdollistavan esityksen toteutettavan mihin tahansa tilaan, koska yleisö rajaisi ”näyttämön”.



KUVA 1. TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 todistajat ovat juuri muodostaneet ringin kahden liikujan ympärille. Pysäytyskuva videolta.

#### 4.2 TÄS ME xx.xx.20xx klo xx Demot ja workshopit

Teoksen yleisösuhteen ja osallistavuuden tutkimiseen järjestimme Ahosen kanssa syksyn 2015 aikana useita demo- esityksiä ERIPUOLILLA SUOMEA Helsingissä, sekä Autenttinen liike –työskentely workshopin Kuopiossa syyskuun 2015 alussa. Nämä ulostulot antoivat meille paljon informaatiota kohti tulevaa teosta ja sen osallistavuutta.

##### 4.2.1 Autenttinen liike -työskentelyn workshop 1.9.2015 - 5.9.2015

Syksyllä 2015 koulun jatkuessa lukujärjestyksemme näytti tyhjältä. Keräsimme joukon luokkatovereitamme, joille järjestimme kolmen kerran Autenttinen liike -työskentelyn workshopin. Halusimme tutkia ympäristötekijöiden vaikutuksia ulkopuolisina ja päästä havainnoimaan ohikulkevien katsojien reaktioita. Päädyimme toteuttamaan kolme workshop päivää, jotka toteutimme joka kerta erilaisissa olosuhteissa. Ensimmäisen päivän vietimme Kuopion Musiikkikeskuksen valohallissa, toisen päivän nurmialueella Musiikkikeskuksen läheisyydessä ja kolmantena päivänä Kuopion torilla.



KUVA 2. Niina Kastari liikkujana Kuopion torilla 4.9.2015. Pysäytys kuva videolta. Kuvaaja Veera Ahonen.

Jokaisen liikkumiskerran jälkeen pyysimme tanssijoita kirjoittamaan kokemuksiaan ensin ylös itselleen alla olevien kysymyksien pohjalta. Tämän jälkeen jaoimme kokemuksia yhdessä keskustellen. Nämä keskustelut antoivat meille näkökulmia omaan kehoon syventymisen prosessista häiriötekijöiden keskellä. Ohikulkijoiden reaktioista saimme Ahosen kanssa informaatiota tulevan teoksemme TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 osallistavuuden rakentumiselle.

*”Kysymyksiä liikkujille ja todistajille syyskuun workshopeissa:*

*Häiriötekijöiden vaikutus?*

*Onko helppo/vaikea keskittyä itseensä?*

*Muuttuiko tunne setin aikana?*

*Oikean maailman katoaminen sisäiseen?*

*Silmien avaamisen hetki (äänet, tila, valo)?*

*Pysytkö aitona, aloitko tanssia?*

*Miltä tuntuu verrattuna aiempiin kertoihin?*

*Kuinka paljon ympäristö ja häiriötekijät rajoittivat liikkumista? Uskalsitko liikkua? Todistajan keskittymisen taso?*

*Pääsitkö kiinni liikkeeseen? ”*

*Työpäiväkirjamerkintä 1.9.2015*

Halusimme taltioida videolle hienoja kohtaamisia ja liikkeellisiä tapahtumia myös work shoppiin osallistuneilta tanssijoilta päivien aikana. Materiaalit inspiroivat meidät aina teoksen Diskomiinat luomiseen saakka. (kts. Luku 7.3) Teos Diskomiinat sai ensi-iltansa Kuopiossa Sotkulla marraskuussa 2015 ja nähtiin myös osana Kuopion Paikallisliike festivaalia 19.6.2016.

#### 4.2.2 Tanssi Itää-ilta Sotkulla 19.9.2015

Emme ehtineet liialti varautua teoksemme esittelyyn, keskityimme enemmänkin saamaan teoskonseptimme kasaan demoa varten. Lisä yllätyksenä saimme esitellä aiheemme englannin kielellä, mikä ei ainakaan helpottanut tilannetta.



KUVA 3. Veera ja Karoliina puhumassa Autenttinen liike –työskentelystä Tanssi Itää – illassa Sotkulla. Kuva Niko Papinoja.

Asetimme katsojat eli todistajamme piiriin itsemme ympärille. Ennen piirin muodostumista osa todistajista oli saanut käsin kirjoitetut tehtävälappuset. Tämä oli ensimmäinen ulostulomme ja mahdollisuus kokeilla ideoitamme konkretiassa katsojien ympäröimänä.

Vastaanotto oli meille yllättävä. Lähes kaikki todistajamme olivat kateellisia siitä, että vain me saimme liikkua - hekin olisivat halunneet. He saivat vaikutelman liikkujien omasta kivasta ja tunsivat ulkopuolisuuden tunnetta. Emme olleet ajatelleet tällaista näkökulmaa. Toisaalta eikö tanssin ammattilaiselle usein tule pieni esiintymis- ja liikekateus katsoessa toisten esitystä? Mielestäni huolestuttavampaa olisi tunne siitä, ettei haluaisi olla osallisena tässä liikkeellisessä tapahtumassa. Tanssi Itää -illan pohjalta kuitenkin halusimme kehittää todistajien tehtäviä ja tiesimme yleisön osallistamisen olevan oikea suunta.

#### 4.2.3 Demot tanssisalisissa 09-10.2015, viikot 45-49

Nämä syksyn 2015 aikana tapahtuneet demo-illat olivat meille korvaamattomia, sillä yleisön kanssa työskentely meille liikkujiina sekä todistajien tehtävien toimivuuden havainnoinnin kannalta. Jokainen ilta toi lisää informaatiota ja vei meitä harppauksittain eteenpäin prosessissa. Tuskallisilta tuntuneiden kysymysten ja kyseenalaistamisen kautta saimme uusia oivalluksia.

Pyrimme kutsumaan iltoihin mukaan mahdollisimman monipuolisesti katsojia. Kimp-pakyytejä Jyväskylään tarjonneita opiskelijapoikia, ammattitanssijoita, opiskelijatovereita, poikaystäviä, opettajia sekä ei suomenkieltä puhuvia henkilöitä. Esimerkiksi tiesimme Ateneumissa UrbanApan yleisön joukossa mahdollisesti olevan ulkomaalaisia. Halusimme varautua reaktioihin sekä kuulla kokemuksista ymmärtämättä ääninauhaa ja ohjeistuksia. Ystäväni tanssin yhteisötaiteilijana työskentelevä Anna-Maria Väisänen kysyikin meiltä, miten olemme saaneet niin ison joukon ihmisiä paikalle demoomme: "Täällähän on enemmän jengiä ku ITAKin Tanssi Itää -illoissa". Mielestäni onnistuimme teoksen markkinoinnissa ja kiinnostuksen herättämisessä jo prosessin tässä vaiheessa.

#### 4.2.4 TÄS ME 10.10.2015 klo 13.00 & 14.00

Pääsimme lokakuussa 2015 osaksi UrbanApa festari alustan Ateneumin tapahtumaa UrbanApa x Ateneum. UrbanApa on kahden helsinkiläislähtöisen taiteilijan Sonya Lindforsin ja Anniina Jääskeläisen yhdessä vuonna 2010 perustama yhteisö, joka keskittyy urbaaniin taiteeseen. Se tuottaa lukuisia taidekonsepteja mm. Klubeja, taidehautomoita, työpajoja ja näyttämötaidetta. UrbanApan perusajatuksena on työllistää nuoria taiteilijoita ja luoda uudenlainen alusta esittävälle taiteelle ja uusille kokeiluille. Lindforsille ja Jääskeläiselle myönnettiin vuonna 2013 tanssitaiteen valtionpalkinto.

Helsingin vierailu valoi uskoa teokselle ja sen merkitykselle. Saimme paljon positiivista palautetta ja herätimme ihmisissä kiinnostusta liikkujiina. Moni tuli kyselemään mistä olemme kotoisin ja missä olemme opiskelleet.

Ateneumin sisäpiha loi myös jännitystä uutena ja tuntemattomana tilana. En kai riko mitään tai tee jotain kiellettyä. Onneksi nämä ajatukset hellittivät teoksen edetessä ja pystyin uppoutumaan omaan liikkeeseeni ja keholle antautumiseen.





KUVA 4. TÄS ME 10.10.2015 klo 14.00, Ateneumin sisäpiha. Pysäytyskuva videolta.

#### 4.2.5 TÄS ME 11.11.2015 klo 13.30

Yhdestoista päivä Marraskuuta 2015 vierailimme Ahosen kanssa Kuopion taidelukio Lumitil-  
la. Kerroimme Autenttinen liike -työskentelystä sekä omasta taustastamme niin tanssijoina  
kuin Autenttinen liike -työskentelyn parissa työskentelystämme. Lisäksi saimme mah-  
dollisuuden esittää demo-versiomme tulevasta teoksesta ja pääsimme myös paperirullan  
kommenttien lisäksi keskustelemaan oppilaiden kanssa. Alla vierailumme suunnitelma ja  
kysymyksiä tukemaan keskustelua demomme jälkeen.

*Lumitin vierailu keskiviikkona 11.11.2015 klo 13.05-14.20*

*Todistajien tehtävät (17 oppilasta + Janna):*

- kellottaminen 1x
- vaatteiden keräys 1x
- piirin keskelle 3x
- kierto piirin sisäpuolelta 4x
- taso vaalea 4x
- kädet 5x

### *Tunnin rakenne:*

*Aluksi esitellään itsemme. Ketä olemme ja mistä tulemme. VEERA & KARKKI*  
*Avataan käynnissä oleva opinnäytetyöprosessi ja kerrotaan elokuussa alkaneesta*  
*kiinnostuksesta autenttiseen liikkeeseen ja häiriötekijöiden vaikutukseen. VEERA*  
*Kerrotaan Autenttisesta liike -työskentelystä. KARKKI*  
*Esitellään demo. Tehdään demo. VEERA & KARKKI*

*Kirjoitustehtävä heti demon loputtua: Kirjoita omaan työpäiväkirjaan (5min): Miten*  
*koit todistajan roolin? Pysyikö mielenkiinto? Arvotitko liikettä? Näitkö tanssia vai lii-*  
*kettä?*

*Puhutaan yhdessä demosta ja autenttisesta liikkeestä oppilaiden kirjoittamien asioi-*  
*den pohjalta.*

*Kotitehtävä työpäiväkirjaan tehtäväksi: Pohdi omaa tanssikäsitystäsi. Nousiko äsken*  
*kokemasi tunnin pohjalta uusia ajatuksia? Miten käsität tanssin tällä hetkellä?*

Herätimme selkeästi ajatuksia Lumitin oppilaissa ja monen katsojan kommentti kuuluikin: "erilainen", "mielenkiintoinen", "uutta". Loimme oppilaille uudenlaisen katsojakokemuksen. Mielestäni oppilaat olivat jopa hieman hämmentyneitä tapahtuneesta.

Meille prosessissa ja koko teoksessa keskeistä on ollut juuri katsojakokemus, yleisön ryhmäytyminen ja heidän luomansa koreografia tehtävien pohjalta. Tanssinopiskelijat olivat uppoutuneet kuitenkin täysin meidän liikkumiseemme ja tapahtumiin suhteessa meihin liikkujiin. He eivät niinkään kiinnittäneet huomiota ympärille rakentuneeseen kollektiiviseen koreografiaan. Tämä oli mielestäni mielenkiintoinen huomio.

#### 4.2.6 Diskomiinat

Kiinnostuksemme Autenttinen liike -työskentelyä kohtaan kasvoi kasvamistaan prosessin edetessä ja päädyimme tekemään marraskuussa 2015 Savonia Ammattikorkeakoulun Teot iltaan ryhmäkoreografian Diskomiinat, jonka liikemateriaali syntyi tanssijoiden oman Autenttinen liike -työskentelyn pohjalta.

Diskomiinat on teos seitsemälle tanssijalle ja kuudelle muusikolle, joka nähtiin myös 19.6.2016 osana Kuopion Paikallisliikkeen ohjelmistoa. Teos luo näyttämölle maailman, jossa liikutaan illan etkoista aina valomerkkiin saakka. Siinä Autenttinen liike -työskentely on ollut välineellisessä asemassa liikemateriaalin tuottamisessa, jota taltioimme videokuvalla syyskuun 2015 workshoppeihin osallistuneita tanssijoita.



KUVA 5. Helinä Kareinen ja Karoliina Kauhanen. Popcorni soolo. Kuva Fox Marttinen.

#### 4.3 Missä teos voisi tapahtua?

Aluksi suunnittelimme teosta ulkotiloihin, inspiroituneena Kuopion kaupunkitiloista ja häiriötekijöiden tutkimisesta. Kokeilimme tätä luokkalaistemme kanssa workshoppeissa, jotka toteutimme syyskuun 2015 alussa. Todistajien muodostama ringi todella mahdollisti teoksen viemisen lähes mihin tahansa.

Elokuun lopulla avautui haku UrbanApa x Ateneum festivaaleille, joka järjestettiin loka-kuussa Helsingissä Ateneumin taidemuseossa. Haimme mukaan ja näin tilaksi ensimmäisille virallisille ulostuloille TÄS ME 10.10.2015 klo 13.00 ja TÄS ME 10.10.2015 klo 14.00 rajautui museotila. Seuraavat ulostulot tapahtuivat tanssisaleissa kutsuvieraille ja Kuopion taidelukio Lumitin oppilaille. Itse opinnäyte TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 nähtiin kuitenkin perinteisessä teatteritilassa Kuopiossa Sotkulla.



## 5 TEOKSEN TÄS ME 24.2.2016 KLO 19.00 RAKENNE

Tässä osiossa avaan konkretian tasolla helmikuussa 2016 Sotkulla nähdyn teoksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 rakenteen ja tapahtumat. Teos jakautuu minulle neljään osioon.

Teoksen ensimmäinen osio on katsojien tutustuttaminen tilaan ja ryhmäyttäminen. Tämän osion tarkoituksena on lisätä uskallusta toimia uusien ihmisten kanssa ja olla kontaktissa tilan kanssa. Ensimmäisessä osiossa olemme kaikki yhdessä tilassa ilman esiintyjän tai katsojan roolia, toimimme oman valintamme mukaan teoksen sisällä. Osiota voisi kuvailla immerssiivikeksi.

Toinen osio on laskeutuminen omaan kehoon, tähän hetkeen liikkeellisten harjoitteiden pohjalta ja teoksen kolmaanteen osioon todistajan rooliin ohjeistaminen. Kolmas osio perustuu Autenttinen liike -työskentelyn todistamiselle. Samanaikaisesti tapahtuu omien tehtävien suorittaminen, mikä luo teokselle rakennetta.

Viimeinen osio on Autenttinen liike -työskentelyyn oleellisena osana kuuluva kirjoittamisen sekä piirtämisen kautta tapahtumien ja kokemusten yhteinen purkaminen ja sen kautta omien kokemusten reflektiointi.

### 5.1 Ensimmäinen osio: Kaikki ovat yhtä ja ryhmäytyminen

Näyttämö-katsomo -rakenne on purettu tilasta kokonaan. Sisäänkäynnistä katsottuna takaseinustalla roikkuu kymmeniä erivärisiä paperirullia. Samasta suunnasta katsottuna vasemmalla nurkkauksessa roikkuu erilaisia soittimia; huuliharppuja, rytmimunia ja nokka-huiluja.

Kun yleisö on päästetty tilaan alkaa teoksen ensimmäinen, katsojia ryhmäyttävä osio. Tämän osion tarpeellisuus nousi esiin konkreettisten kokeilujen kautta. Koimme tarpeelliseksi valmistella yleisöä todistajan rooliin ja avata kehoa vastaanottamaan sekä tuottamaan liikettä.

Nelli Ojapalon miellyttävällä äänellään puhuma ääninauha kehoittaa yleisöä ensimmäiseksi muodostautumaan pituusjärjestykseen. Tehtävä on hyvin yksinkertainen, mutta jokainen joutuu tarkastelemaan omaa kehoaan ja muiden kehoja. Kommunikoimaan toisten kanssa ja tekemään havaintoja muuttuvasta tilasta ympärillään. Ajattelimme tehtävän ns. jäänrikkojaksi, helposti ymmärrettäväksi tehtäväksi, joka kuitenkin jo virittää tulevaan teokseen ja yhdessä toimimiseen.



KUVA 6. Pituus järjestys ja värikkäät paperirullat roikkumassa. Kuva Visa Timonen.

Pituusjärjestyksessä katsojat saavat tehtäväkseen ottaa luvun neljään ja jakautua tilaan numeroiduille seinustoille. Ääninauha pyytää katsojia riisumaan kenkensä, jolloin on mahdollisuus tuntee lattia ja olla selkeästi kaikki samassa tilassa. Ääninauha kehoittaa ihmisiä vaihtamaan paikkaa yhden kenkäparin verran oikealle. Jo tämä tuo mielestäni hienon koreografisen elementin, kaikki liikkuvat tasaisesti, paitsi neljä henkilöä seinustoiden nurkilta liikkuvat seuraavalle seinustalle. Sitten yleisö ohjeistetaan vaihtamaan paikkoja niin, ettei kukaan vaihda paikkaa lähimmän kenkäparin oikealla tai vasemmalla kohdalle. Tämän jälkeen ohjeistus vapautuu entisestään ja vastuu suorituksesta siirtyy jo enemmän henkilölle itselleen. Tehtävänä on löytää katsekontakti toisen katsojan kanssa ja vaihtaa tämän kanssa paikkaa, niin että pääsisi käymään jokaisella neljällä seinustalla. Ääninauha ohjeistaa tehtävän suorittamisen jälkeen jäämään oikea jalka edessä paikalleen seisomaan.

Kun kaikki ovat valmiita, nauha jatkuu: *"Anna painon siirtyä oikealle jalalle ja viedä sinut liikkeelle. Lähde vapaasti kävelemään tilassa."* Seuraavaksi Ojanpalon ääni kehoittaa katsojia pysähtymään siihen missä juuri nyt on sekä hengittämään kerran sisään ja sulkemaan silmänsä.

## 5.2 Toinen osio: Todistajaksi valmisteleminen ja ohjeistus

Koko tila pimenee, jotta vältetään tirkistelyn ja muiden katsojien tekemisen seuraaminen tai kiusaus siihen. Pimeyden vallitessa annamme jokaiselle katsojalle mahdollisuuden pysähtyä hetkeksi kuuntelemaan omaa kehoaan ja sen tuntemuksia ääninauhan ohjeistuksella:

*”Seuraavien kahdenkymmenen minuutin ajaksi haastamme teidät olemaan läsnä tässä hetkessä. Kenenkään ei tarvitse yrittää tai olla mitään muuta kuin mitä on.*

*Keskity kuuntelemaan hengitystäsi. Sinun ei tarvitse muuttaa siitä mitään, anna sen virrata vapaasti.*

*Miltä kehossasi tuntuu juuri nyt. Jos jossain osassa kehoasi tunnet kylmyyttä tai lämpöä, jännitystä tai rentoutta, niin vain huomioi se, arvostelematta ja yrittämättä muuttaa tuntemuksiasi. Anna itsesi rauhoittua tähän hetkeen.*

*Tunne kehon paino ja lattian tuki jalkojesi alla. Siirrä painoa kantapäiltä päkijöille, sivulta toiselle. Anna painon taas jakautua tasaisesti molemmille jaloille. Tunne kuinka kasvat lattian pinnasta kokomatkan jalkaterien, polvien, lantion, selkärangan ja päälleen läpi suoraan ylöspäin.*

*Seuraavalla sisäänhengityksellä nosta kätesi hitaasti kohti kattoa ja venytä kehosi täyteen pituuteensa.*

*Uloshengityksellä tiputa kätesi alas ja anna pääsi painon lähteä viemään sinua kohti lattiatasoa. Voit jatkaa painon pudotusta niin pitkälle kuin haluat.*

*Palauta itsesi neutraaliin seisoma-asentoon rauhassa omaan tahtiisi. ”*

Seuraavaksi ääninauha avaa katsojille Autenttinen liike -työskentelyn käsitteen, sekä oman tulevan roolinsa todistajina. Tässä kohtaa esiintyjät ovat jääneet maahan aloittamaan Autenttinen liike -työskentelynsä. Ääninauha ohjeistaa myös käytännön rullien hakemisesta ja kunkin omasta lisätehtävästä todistajana.

## 5.3 Kolmas osio: Liikkujat ovat eriytyneet, värikkäät rullat ja omat tehtävät

Jokainen katsoja pääsee itse valitsemaan itselleen tilan takaseinustalla roikkuvista värikkäistä paperikääröistä itselleen mieleisensä. Saman väriset kääröt edustavat samoja tehtäviä rullien ripustustyötä helpottaen. Kaikkia, paitsi kahta tehtävää, oli useita kap-

paleita. Halusimme tehdä tehtävien suorittamisesta mahdollisimman kivutonta ryhmässä toimimista, emme soolo suorituksia. Lisäksi esimerkiksi käsien ylös ja sivulle liikuttelu - tehtävä luo koreografiaa todistajille ryhmänä, sekä suhteessa liikkujaan/liikkujiin.

Kun oma tehtävä on luettu, todistajat muodostavat piirin kahden lattiatasossa olevan liikujan ympärille. Todistajat saavat sijouttua piirin kehälle vapaavalintaisesti.

### 5.3.1 Todistaminen ja oman tehtävän toteutus

Teoksen esiintyjien liikemateriaali rakentuu Autenttinen liike -työskentelyn pohjalta, jota kaksi liikkuja piirin keskellä toteuttavat. Todistajien koreografia syntyy suhteessa liikkujiin. Sen rakentumista ennalta määrittävät vain teoksen tekijöiden todistajille antamat liiketehtävät. Tehtävät pyrkivät saamaan ihmisiä liikkeelle ja käyttämään myös omaa kehoaan todistajan roolissa, aistimaan ja reagoimaan tapahtumiin koko kehollaan ja kaikilla aisteilla. Tehtävä saattoi olla yhteydessä myös valotilanteisiin tai toisiin todistajiin.



KUVA 7. Todistajat seuraavat liikkujiin liikettä. Kuvaaja Visa Timonen.

Tehtävät kuitenkin toteutuvat juuri niinkuin jokainen yksilö ne toteuttaa tai jättää toteuttamatta. Teos on siis joka kerta erilainen ja juuri siinä hetkessä syntyvä.

### 5.3.2 Todistajien tehtävät

Seuraavaksi esittelen todistajille annettut tehtävät teoksessa TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00. Kahta ylintä tehtävä yhdistelmää oli kumpaakin vain yksi kappale. Valitsimme näiden kahden rullan väriksi houkuttelevan vaaleanpunaisen, jotta ne tulisivat valituiksi. Muita tehtävä yhdistelmiä oli vähintään viisi kutakin.

*Olet todistaja.*

*Lisäksi tehtävänäsi on kerätä ringin sisäpuolelle heitetyt vaatteet pois muovipussiin, jonka löydät tilasta roikkumasta. Ennen kuin menet muodostamaan piiriä, hae muovipussi.*

*Bonus- tehtäväsi: Voit käydä hakemassa jonkun tilassa roikkuvista soittimista ja tulla takaisin piiriin luomaan sillä äänimaisemaa tai säestämään liikkujia.*

*Olet todistaja.*

*Lisäksi tehtävänäsi on pitää huoli ajasta. Katso aika kellosta, kun muodostatte ympyrän. 20 minuutin kuluttua sano kuuluvalla äänellä: "Teillä on muutama minuutti aikaa löytää lopetus. Kun olet valmis, voit avata silmäsi."*

*Bonus- tehtäväsi: Voit käydä hakemassa jonkun tilassa roikkuvista soittimista ja tulla takaisin piiriin luomaan sillä äänimaisemaa tai säestämään liikkujia.*

*Olet todistaja.*

*Lisäksi aina kun huomaat kumman tahansa liikkujan käden/käsien olevan sivulla tai ylhäällä, nosta myös omat kätesi sivulle tai ylös. Voit matkia liikkujan asentoa/liikettä tai luoda omaa. Voit pitää kätesi sivuilla/ylhäällä juuri sen aikaa kun haluat.*

*Bonus- tehtäväsi: Kun piirin sisäpuolelle ilmaantuu spottivalo, tehtävänäsi on mennä tähän valoon ja seurata tapahtumia sieltä. Kun valo katoaa, etsi itsellesi uusi paikka piirin kehältä.*

*Olet todistaja.*

*Lisäksi jos liikkuja koskettaa jotakuta ringissä olevaa todistajaa, mene piirin keskelle seisomaan tai istumaan. Voit seistä tai istua ringin keskellä sieltä tapahtumia seuraten juuri sen ajan kuin haluat.*

*Bonus- tehtäväsi: Lisäksi aina kun huomaat kumman tahansa liikkujan käden/käsien olevan sivulla tai ylhäällä, nosta myös omat kätesi sivulle tai ylös. Voit matkia liikkujan asentoa/liikettä tai luoda omaa. Voit pitää kätesi sivuilla/ylhäällä juuri sen aikaa kun haluat.*

*Olet todistaja.*

*Lisäksi tehtävänäsi on seurata vaaleahiuksista/tummahiuksista liikkujaa. Aina, kun hän vaihtaa tasoa ylhäältä alas tai alhaalta ylös, vaihda sinäkin.*

*Bonus- tehtäväsi: Voit laajentaa todistamistasi kohti kokonaisvaltaisempaa liikkumista, oman kehosi kautta, seuraten tummahiuksisen liikkujan liikettä.*

*Olet todistaja.*

*Lisäksi aina, kun liikkujat osuvat toisiinsa tehtävänäsi on kiertää ringi sisäpuolelta ja löytää itsellesi uusi paikka piirin kehällä.*

*Bonus- tehtäväsi: Voit inspiroitua näkemästäsi ja kokemastasi. Liikkujien osuessa toisiinsa voit kiertää ringin valitsemallasi tavalla, esimerkiksi kontaten tai liikkuen mudassa. Voit käyttää eri tasoja, esimerkiksi ylä- tai alatasoa.*

#### 5.4 Neljäs osio: Lopetus ja suuri yhteinen paperirulla avautuu

Kun liikkujat ovat avanneet silmänsä ja nousseet seisomaan, valot pimenevät tilassa. Ääninauha ohjeistaa eteenpäin:

*”Sulje silmäsi. Kiitos todistamisesta. Ota hetki aikaa itsellesi ja käy läpi, mitä näit tai koit todistajan roolissa.*

*Kun olet valmis, avaa silmäsi. Tule kirjoittamaan tai piirtämään jotakin kokemuksesi yhteiselle paperille.”*

Samalla, kun ihmiset availevat silmiään toinen liikkujista hakee suuren paperirullan ja avaa sen keskelle piiriä. Samalla toinen liikkujista hakee kynät kirjoittamista ja piirtämistä varten.

Tilanne on vapaa ja jokainen saa jakaa kokemuksiaan yhteiselle paperille. Tämä kohtaus toimii samalla myös teoksen päätöksenä ja tilanne rentoutuu kuin itsestään kun ihmiset pääsevät myös keskustelemaan keskenään.



KUVA 8. Todistajat ja liikkujat jakavat ajatuksiaan yhteiselle paperirullalle. Kuva Visa Timonen.

## 6 TEOKSEN RAKENTUMISEN PROSESSI

Koko teoksen kaari, elokuun 2015 Autenttisesta liike -työskentelystä kaksin työparinin Veera Ahosen kanssa eri puolilla Kuopion kaupunkitilaa, Sotkun näyttämötilaan helmikuussa 2016 on ollut ihanan pitkä ja vaiherikas prosessi. Häiriötekijöihin havahdumisen, syyskuun Autenttisen liikkeen workosoppien ja lukuisten demojen kautta. Olen tyytyväinen teoksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 prosessin pitkään työstöaikaan ja tässä luvussa avaankin teoksen rakentumisen eri vaiheita.



Omasta kokemuksestani teos rakentui tekemisen ja kokeilun kautta, omalla painollaan. Ei niinkään visioita ja mielikuvia maalaillen. Halusimme pysyä tiukasti konkretiassa prosessin suhteen. Autenttinen liike -työskentely on itsessään vapaata ja mielikuvia luovaa sekä kaiken sallivaa, joten prosessissa oli mielestäni hyvä ottaa hieman rationaalisempi konkretin näkökulma.

## 6.1 Elokuun treenit ja päätyminen teoksen työstöön

Teoksen koko prosessi käynnistyi oikeastaan itseltään salaa. Tutkimme elokuun auringon alla Autenttiseen liikkeeseen vaikuttavia häiriötekijöitä Kuopion kaupunkitiloissa mm. Hapelähteen puisto, sekä Valkeisen lammen rannalla. Halusimme mennä ihmisten keskelle tutkimaan, kuinka tietoisuus ohikulkijoista ja taustahälystä vaikuttaisivat Autenttinen liike -työskentelyymme sekä omaan sisäiseen maailmaan uppoutumiseen, impusseille herkistymiseen.



KUVA 9. Karoliina liikkujan roolissa, ankka duetto kumppanina. Pysäytyskuva videolta, kuvaaja Veera Ahonen.

Ensimmäisellä kerralla Hapelähteen puistossa muistan aluksi huomioineeni lähestyviä ja ohikulkevia askeleita sekä autoja. Yllättävän nopeasti kykenin sulkemaan ulkopuolisen maailman pois tietoisuudestani. Kun luen läpi kirjoittamiani tekstejä, huomaan niiden sisältävän paljon ajatuksia liikkumisestani ja tuntemuksistani. Olen huomioinut uuden ympäristön ja hyödyntänyt sen tarjoamaa monipuolisuutta. Mutta en ole varonut tekemisisäni, olen luottanut todistajaani ja oman kehoni valppauteen.



*"Mitä pitää tehdä, pehmeä nurmikko ja tuuli.*

*Pitää nauttia!*

*Paljon liikettä, suora jalka ylös ja alas, kurkottelee, vie ympäri*

*Spiraali ja kieppi, vie ympäri*

*Missä se linnunkakka? hiuksissa tietty. Ei haittaa*

*Duetto puun kanssa, roikkuminen ja nojaus*

*TUKI "*

*- Lainaus työpäiväkirjastani 13.8.2015 -*

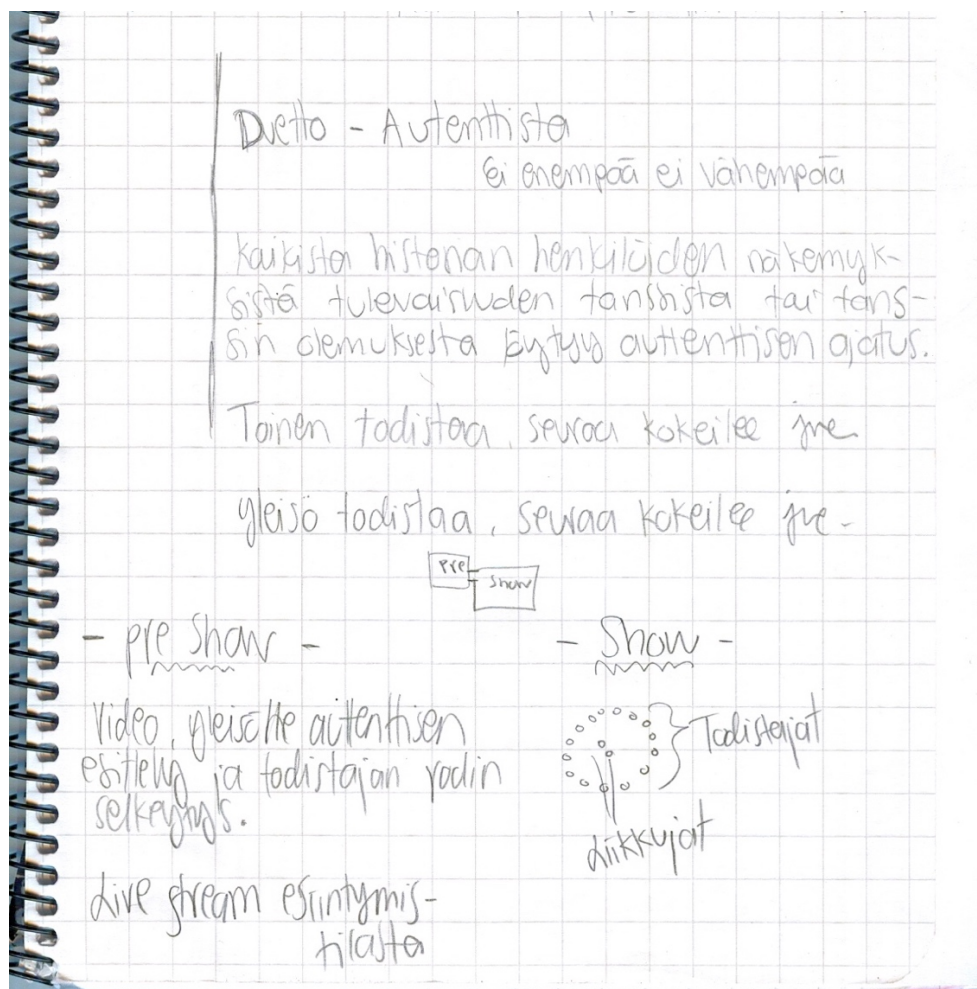
Autenttinen liike -työskentely ja sen mahdollisuudet olivat olleet Ahosen kanssa keskustelun alla koko elokuun ajan ja oma prosessi pohdinnasta oli käynnissä. Piste jonka jälkeen aloimme ääneen ja toisillemme pohtia teoksen luomisen mahdollisuudesta oli 19.8.2015 Valkeisen lammen rannalla. Tämä meille tuntematon mies, paikalle sattunut auringonpalvoja, kiitti esityksestä.



Kuva 10. Liikkujan roolissa Karoliina, Valkeisen rannalla 19.8.2015. Pysäytyskuva videolta, kuvaaja Veera Ahonen.

## 6.2 Autenttinen liike -työskentely esityskontekstissa?

Olen kirjoittanut työpäiväkirjaani merkintöjä 7.8.2015 ja 10.8.2015 pohdintoja Autenttisen liike -työskentelyn tuomisesta esityskonseptiin. Huomattavissa on jo tuolloin ajatus yleisön roolista todistajina ja tekijöiden duetto muotoisesta kokoonpanosta.



Kuva 11. Piirustus yleisön asettelusta teoksessa ja teoksen rakenteen pohdintaa.  
Työpäiväkirja merkintä Karoliina Rosenberg.

Kuvassa näkyy ajatus piirimuodostelmasta ja teoksen kerrostamisesta useampaan osaan. On ollut alusta asti selvää, että tällaisen työskentelymuodon tuominen esityskonseptiin sitä tuntemattomien eteen vaatii jonkinlaisen alustuksen aiheeseen. Tai ei ehkä vaadi, mutta halusimme yleisön saavan informaatiota myös Autenttinen liike -työskentelystä. Tehdä selkeän avauksen aiheeseen.

### 6.2.1 Pohja-ajatusten kirkastaminen

Halusimme selvittää riittääkö Autenttinen liike -työskentely itsessään luomaan teoksen? Tämä ajatus asettui päähämme syyskuun lopulla. Tarvitsemmeko teokselle liikkeellisen kaaren, liikkeellisiä tehtäviä meille liikkujille?

Pyörittelimme erilaisia vaihtoehtoja. Pienestä liikkeestä kasvaen kohti rajumpaa liikettä yleisön haastamista ja lopulta meidän kahden liikkujan välistä kontakti-improvisaatiota. Totesimme, ettemme tällöin olisi enää lähelläkään Autenttinen liike -työskentelyä, joka oli ollut lähtökohtamme. Teos saa elää ja muuntua, mutta halusimme pitää tiukasti kiinni

alkuperäisestä ajatuksestamme Autenttinen liike -työskentelyn viemisestä esille yleisön eteen.

Pohdimme paljon myös kontaktia meidän liikkujien sekä liikkujien ja todistajien välillä. Miten ratkaisemme kohtaamiset, milloin liikkuminen säilyy Autenttinen liike -työskentelynä, mikä erottaa Autenttinen liike -työskentelyssä tapahtuvan kontaktin kontakti-improvisaatiosta. Voimmeko olla fyysisessä kontaktista ilman suhdetta toiseen henkilöön.

Ratkaisimme asian itsellemme kontaktin sallimisena. Aina liikkuessamme olemme kontaktissa johonkin ympäröivään mm. lattiaan ja vaatteisiimme. Ydin onkin se mihin kiinnitän liikkujana huomiota, miten suhtaudun näihin parametreihin. Jos liikkeellinen fokukseni säilyy sisäänpäin kohti oman kehoni kuuntelua, kohtaaminen ei ole kontakti-improvisaatiota. Autenttinen liike -työskentelyssä voimme olla rehellisiä vain itsellemme. Se millaisina tilanteet näyttäytyvät ulospäin ei ole merkityksellistä.

Samoja liikkeen rehellisyyden pohdintoja kävimme myös opponenttimme Janna Loukaksen kanssa. Hän kysyi naurusta. Mistä se tulee, mille huvitumme? Ulospäin nauru saattaa näyttää oman keskittymisen herpaantumiselta tai siltä, että liikkuja esimerkiksi ajattelee tilanteen koomisuutta ulkoapäin. Itselläni naurun ja huvituksen hetket eivät Autenttinen liike – työskentelyssä liity tilanteeseen itsessään vaan johonkin omaan kokemukseeni tai keholliseen tuntemukseen siinä hetkessä, joka harvemmin ulospäin näyttäytyy hauskana.

### 6.2.2 Mikä on yleisön rooli?

Meille oli molemmille selvää alusta asti yleisön osallistaminen teoksessa. Emme halunneet noudattaa perinteistä näyttämö-yleisö kaavaa tai selkeää esiintyjä-katsoja roolitusta. Halusimme tuoda Autenttinen liike -työskentelyn näyttämölle osallistavassa esityksellisessä konseptissa.

Varhaisessa vaiheessa totesimme parhaaksi ja toimivimmaksi ratkaisuksi asettaa yleisö piiriin meidän liikkujien ympärille rajaamaan esitystilaa. Asetelma mahdollisti katsojille eli teoksen todistajille liikkujien suojelun, sekä kontaktissa olemisen muiden todistajien ja meidän liikkujien kanssa.

Meille konkretisoitui ensimmäisen virallisen ulostulomme myötä syyskuussa 2015 Tanssi Itää- illassa osallistavuuden tärkeys. Pelkkä todistajan rooli ei riitä, haluamme yleisön pääsevän kokemaan ja tekemään myös itse. Näille ajatuksille saimme tukea Tanssi Itää illan todistajiltamme.

Pyörittelimme lukuisia ajatuksia yleisön osallistamisesta, jopa itse Autenttinen liike – työskentelyn kokeilua. Halusimme kuitenkin, että teos soveltuu kaiken ikäisille ja taustaisille katsojille ja pysyisi selkeästi matalan kynnyksen osallistumisen asteella. Päädyimme henkilökohtaisiin tehtäviin todistamisen rinnalle, jotka mahdollistavat todistajan fyysisen osallistumisen teoksen tapahtumiin. Näiden tehtävien avulla loimme myös teokselle koreografiaa ja ennalta määriteltäviä liikkeellisiä tapahtumia.

Tehtävissä oli meille tärkeää huomioida myös, ettei kukaan joutuisi yksin suorittamaan tehtäväänsä, vaan saisi tukea ryhmältä. Erilaisia tehtäviä olikin esityksissämme 5-7 kappaletta, vaikka yleisöä oli parhaimmillaan yli 40 henkeä.

### 6.2.3 Tehtävrullat

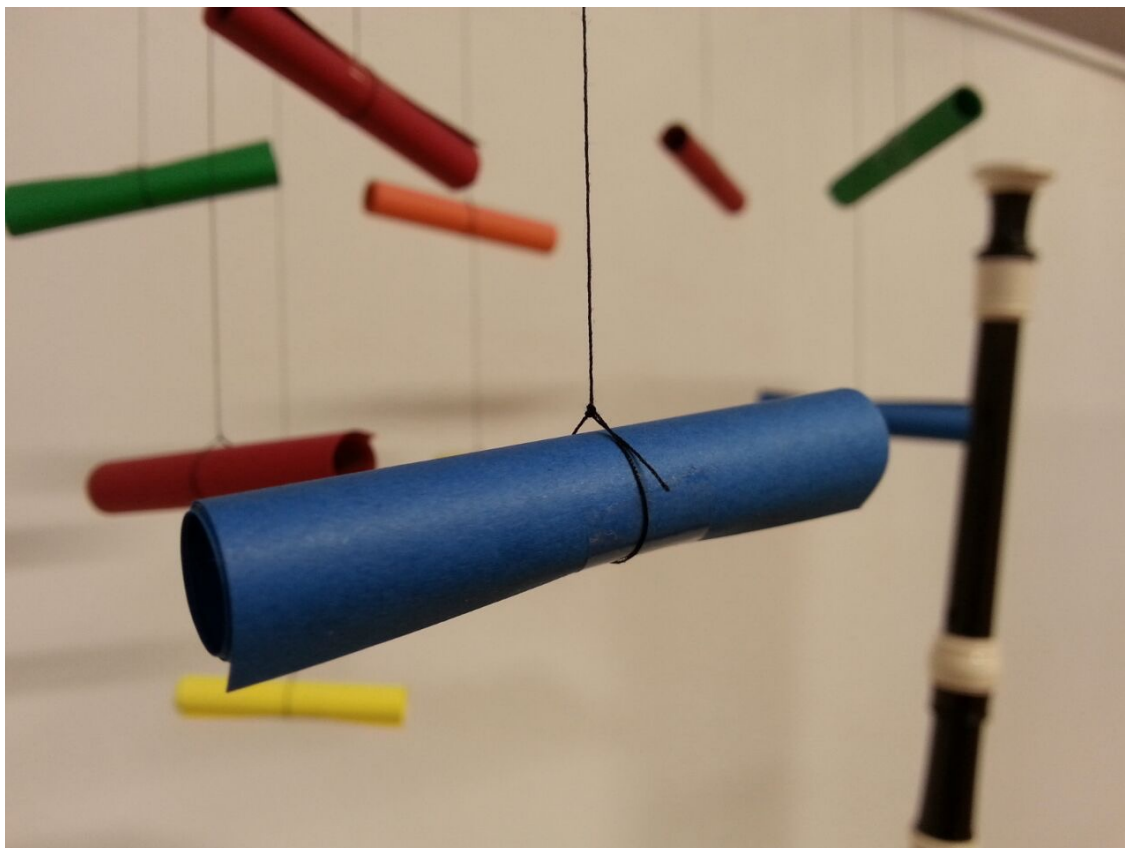
Kun yleisölle jaettavat rullat ja tehtävät olivat suunniteltuina, seuraava askel oli miettiä, miten saamme ne yleisölle. Miten teemme tilanteesta rennon ja luomme yleisölle tilanteeseen oman valinnan mahdollisuuksia. Halusimme osallistaa emme käskyttää. Tämä teema kulki läpi prosessimme. Osallistamisen on aina sisällettävä vaihtoehtoja ja omaa valinnan vapautta, muuten sävy kääntyy äkkiä käskeväksi ja voi luoda epämukavan tunnelman.

Demo-illoissa ja vierailuesityksissä Helsingissä ja Kuopion Lumitilla meillä oli mukana assistentit tai saimme apua festivaalihenkilökunnasta. Muissa kuin näyttämötiloissa tapahtuneissa demoissa assistentti jakoi todistajille keltaisesta peltipurkista tehtävrullat. Jokainen sai vuorollaan nostaa purkista itselleen pienen paperi rullan.

Tämä oli aikaa vievä tapa ja aiheutti mielestäni hieman hämmennystä katsojissa. Koimme myös, että tehtävät olivat liiankin ”helppoja” ja miellyttäviä toteuttaa. Tavoitteemme oli kuitenkin myös haastaa katsojia mukaan liikkumaan. Rullia oli kehitettävä eteenpäin.

Loimme rulliin kolmannen osan, todistamisen ja lisätehtävän rinnalle syntyi bonus-tehtävä. Bonus-tehtävä on vapaavalintainen haastavampi, enemmän omaa liikettä esiin tuova tehtävänanto. Osassa tehtävalapuista bonus-tehtävä oli jatkokehittelyä ensimmäiselle tehtävälle.

Sotkulle halusimme luoda hieman visuaalisempaa ilmettä, joten päädyimme tulostamaan tehtävät värillisille papereille ja ripustamaan rullat mustalla langalla ikäänkuin leijumaan näyttämötlään.



KUVA 12. Todistajien tehtävärullat ja nokkahuilu ripustus kokeilussa. Kuva Veera Ahonen.

#### 6.2.4 Video vai ääninauha?

Tiesimme alusta asti tarvitsevamme teokseen jonkin ohjeistuksen tai alustuksen, jos haluaisimme osallistaa yleisöä todistajan rooliin. Pohdimme työparini Veera Ahosen kanssa monia eri vaihtoehtoja. Aluksi suunnittelimme ohjeistuksen ja autenttisen liikkeen avaamisen olevan jo tilan aulassa/odotustilassa, ikäänkuin alustuksena itse teokselle. Mietimme myös videon tai muun projisoinnin hyödyntämistä, mutta tämä olisi jo käytännössä aiheuttanut hankaluuksia. Mm. miten tiedämme, että kaikki ovat olleet sijoittuneet niin, että voivat seurata viedota. Asiaa pohtiessamme tulimme kokoajan lähemmäs videon hylkäämistä.

Päätimme käyttää ohjeistuksena ääninauhaa, johon saimme, selkeän ja rauhallisen, turvaa luovan äänen Outkummusta tanssinopiskelija Nelli Ojapalolta. Päädyimme sijoittamaan ohjeistuksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 itse teoksen sisään ääninauhana.

*"Ääninauha pyrkii antamaan katsojalle, 29.9 mietittyä*

*-keskittyneen ja turvallisen olon*

*-mahdollisuuden hetkessä olemiseen*

*-tunteen, että se mitä seuraavaksi tapahtuu on merkityksellistä*

*-riittävästi infoa itse tilanteen "säännöistä"/siitä mitä seuraavaksi tulee tapahtumaan"*

*Ote työpäiväkirjasta 29.9.2015*

### 6.2.5 Miten suljemme teoksen?

Teoksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 lopetuksen löytyminen ei ollut myöskään itsestäänselvä ratkaisu, vaan useiden vaihtoehtojen ja pohdinnan tulos. Tulimme elosyyskuussa 2015 siihen tulokseen, että haluamme lopettaa teoksemme tapahtumien reflektioon, joka on selkeä osa Autenttista liike –työskentelyä.

Keskeistä meille oli matalan kynnyksen luominen, kuitenkin niin että se olisi selkeästi vielä osa teosta, eikä livistettävissä oleva irrallinen lopuke. Yhteinen hetki. Tämän kaltaisen ongelman havaitsimme mm. pohtiessamme kirjoitus/liitutaulua yhtenä vaihtoehtona. Halusimme mahdollisimman monen ihmisen yhtäaikaisen osallistumisen mahdollisuuden, sekä tilaisuuden lukea myös muiden kirjoituksia ja piirrustuksia.

Päädyimme teoksessa ja kaikissa demoissa nähtyyn suureen valkoiseen paperirullaan, joka avattiin viimeisen ääninauhan jälkeen yleisölle piirin keskelle. Annoimme ääninauhalla yleisölle vapaat kädet ilmaista kokemuksiaan piirtäen tai kirjoittaen, mitä vain. Keskustelimme alkuvuodesta 2016 myös sormivärien tai maalaustarpeiden lisäämisestä värikynien ja vahaliitujen valikoimaan, mutta mielestämme se toisi jo liian suuren lisäaspektin ja söisi itse tarkoitusta.

### 6.3 Teoksen nimeäminen

Minulle henkilökohtaisesti teosten nimeäminen on ollut haastavaa. Opiskeluaikani Outokummun tanssinkoulutuksessa, meidän ei tarvinnut nimetä kursseilla tuotettuja sooloja tai ryhmäteoksia. Ensimmäinen nimeäminen tapahtui vasta opintojen loppuvaiheessa, päättyönä tehdyn sooloteoksen yhteydessä.

Edellä mainitusta tai jostain muusta syystä teoksien nimeäminen on ollut minulle vaikeaa. En tiedä annanko nimelle liikaa painoarvoa omassa päässäni. Itse koen teoksen nimen olevan houkutin ja ikäänkuin otsikko teokselle, jokin pohja katsojalle. Kamppailimme Ahosen kanssa pitkään myös tämän teoksen kohdalla. Halusimme nimen kuvastavan jokaisen esityksen ainutkertaisuutta sekä esiintymis- että katsojakokemuksena.

Päädyimme lopulta aikasidonnaiseen TÄS ME xx.xx.20xx (esityksen päivämäärä) klo xx.xx (kellonaika). Nimi on herättänyt paljon huomiota ja saanut osakseen väärinkäsityksiä. Olimme itse tyytyväisiä nimeen, mutta emme tulleet ajatelleeksi sen olemuksen dilemmaa markkinoinnin ja yhteistyötahojen suhteen. Usein teos nimettiin vain TÄS ME.

Hauska yksityiskohta nimestä nousi esiin myös Le Danseur Terriblen kiroittamassa kritiikissä blogissaan FAUX PAS, jossa kirjoittaja kertoo hänelle nimen kääntyvät jatkuvasti muotoon METÄS. Itse suosin teoksissani nimen monitulkintaisuutta ja ei niin selkeää viestiä, jotain mikä herättää katsojan huomion ja laittaa ehkä jonkin ajatuksen liikkeelle. (Le Danseur Terrible, 2016.)

#### 6.4 Demot ja workshopit osana teoksen työstöä

Tämän raportin luvussa 4.2 avasin teoksen kehityskaarta demojen, workshoppien sekä Autenttinen liike -työskentelystä prosessin aikana syntyneen teoksen Diskomiinat kautta. Nämä kaikki matkan varrella tapahtuneet esiintulot, sekä erillinen teos ryhmälle tanssijoita ja muusikoita, ovat olleet matkaa kohti helmikuussa Kuopion Sotkulla nähtyä teosta TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00.

##### 6.4.1 Ulostulojen merkitys teoksen prosessissa

Jokainen esiintyminen ja demo ovat olleet avainasemassa teoksen rakentumiselle. Yleisöä osallistavat teokset vaativat aina kokeiluja oikealla yleisöllä. Monenlaisia ideoita voi pyöritellä omassa päässään ja kuvitella niiden toimivuutta, mutta konkretiassa toimivuus voidaan nähdä vasta oikealla elävällä yleisöllä.

Etenkin tämän teoksen kohdalla olisimme olleet aivan hukassa ilman demo-iltojamme ja useita todistajakokeilujamme syksyn 2015 aikana. Niissä nousi esiin kysymyksiä, joita emme itse olisi välttämättä osanneet toisiltamme kysyä. Demoissa nousi kyseenalaistamista ja keskustelua koko teoksen konseptia kohtaan.

Myös todistajien tehtävärullat kokivat suuria uudistuksia, lähes aina demojen jälkeen. Haalimme iltoihin mahdollisimman erityyppisiä ihmisiä mukaan ja UrbanApa –festareilla vierailu Helsingissä toi myös monipuolista katsojakuntaa.

#### 6.4.2 Paperirulla osana teoksen työstöä ja kehittymistä

Teoksen päättävä kokemuksien jakaminen yhteiselle paperirullalle on tuonut myös paljon konkreettisia sanoja, jotka ovat antaneet meille informaatiota katsojakokemuksesta. Alla on listattuna muutamia kirjoituksia eri demo-kerroilta, jotka ovat osaltaan vieneet meitä eteenpäin joko kyseenalaistajina tai varmuutta luovina tekijöinä.

*Tanssi-itää ilta 19.9.2015:*

*alustus johonkin  
involving  
uhka vaara  
turvattomuus  
difference of the witnesses  
perspective participation but not  
I wanted to move too  
Intuition*

*UrbanApa x Ateneun 10.10.2015 :*

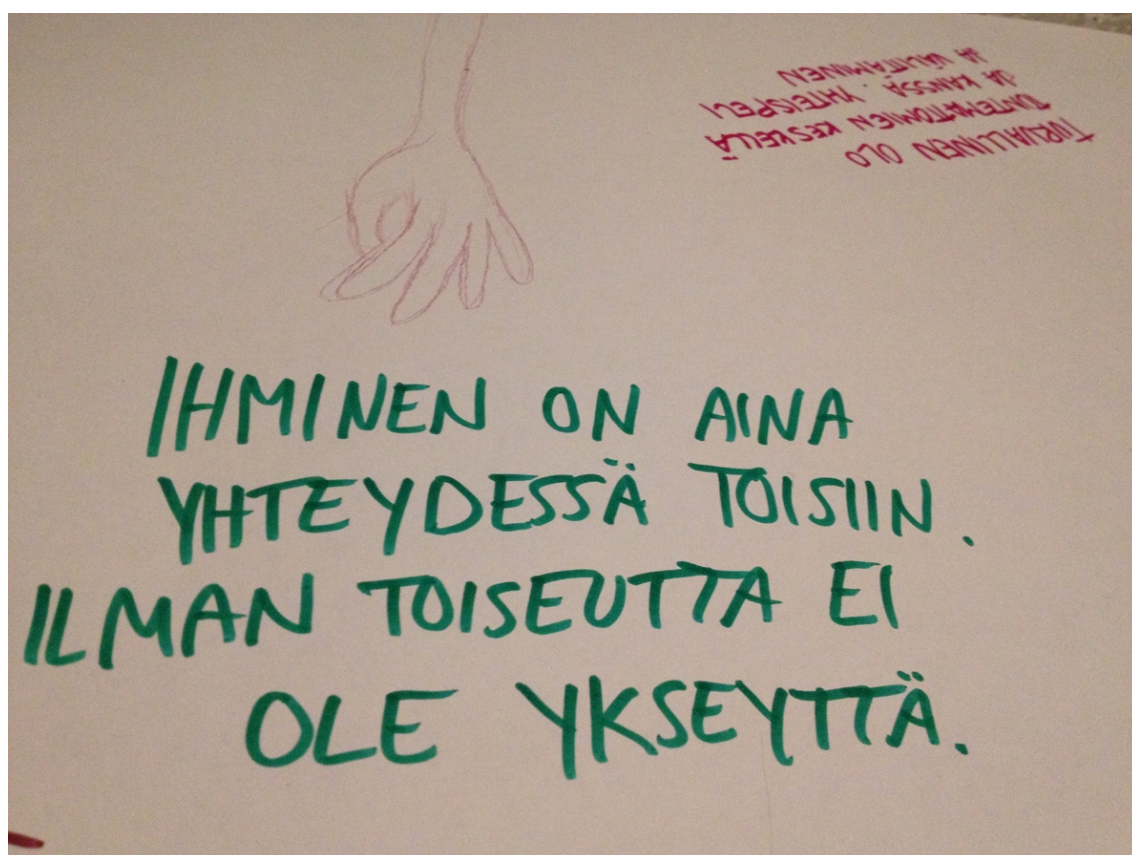
*meistä tuli yhtä  
eri tavoin liikkuvia kehoja  
olipa kiinnostava  
luottamus  
vähän jännittävää  
united  
rajoittunut äärettömyys  
yllätyksellisyyttä*

*Kuopion taidelukio Lumit 11.11.2015 :*

*Mukautuminen yhteiseen tilaan kehoon aikaan  
Muun unohtaminen  
Mielenkiintoinen ja yllätti*



*Erilaista ja uutta*  
*Kehon yhteydet*  
*Paljon eri tasoja*  
*Puhdasta tanssia*  
*Intensiivisyys*  
*Välillä pelottava katsoa, mutta samalla tosi mielenkiintoista*  
*Pelottavan kiehtova*  
*Erikoista hienoa luova siistin näköistä ennalta arvaamatonta*  
*Katse*  
*Yhteiset kädet*  
*Läsnäolo*  
*Sanaton tiedostamaton yhteys*  
*Tyhjentävä*  
*100% huomiosta*  
*paljon keskittymistä vaativa*



KUVA 13. Kuva paperirullan kirjoitetuista ajatuksista. Kuva Karoliina Rosenberg.

Demojen aikana kertyneet suuren paperirullan palat, jotka olivat 4-7 metriä pitkiä, kerättiin jokainen talteen. Teoksen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 esityksessä Sotkun lämpiössä, jossa yleisö odotti ennnen pääsyä esitystilaan, oli ripustettuna esille näyttelyn omaisesti kaikki

aiemmat kirjoitukset. Tilassa olivat esillä myös Oona Vähäkankaanpiirtämät luonnokset liikumisestamme harjoituksissa 7.1.2016. (ks. Luku 7.2)

## 7 KOHTI TAITEELLISEN OPINNÄYTTEEN ENSI-ILTA

Tässä luvussa pohdin niitä seikkoja, jotka meidän tuli huomioida kohti näyttämötilaa siirryttäessä. Mitä uusia haasteita ja huomioita tuli tehdä uuteen tilaan siirryttäessä? Miten voisimme viedä teosta taas askeleen pidemmälle? Kerron tässä luvussa myös teoksemme dokumentoinnista ja markkinoinnista.

### 7.1 Ensimmäinen kerta näyttämötilassa

Mitä pitää hioa ja tehdä että teos toimisi black boxissa? Uuden ympäristön valloituksen haasteet olivat vahvasti esillä alkuvuodesta 2016. Miten saisimme vietyä teosta vielä esityksellisempään ja yleisöä osallistavampaan suuntaan? Miten saisimme hyödynnettyä teatteri tilan mahdollisimman monipuolisesti? Luotua jotain uutta ja visuaalista. Miten ja minne paperikääröt tulisi sijoittaa näyttämötilassa? Osaammeko toteuttaa kaiken itse. Ja ennen kaikkea onko siihen aikaa?

Meillä oli myös onneksemme mahdollisuus tutustua Sotkun valotekniikkaan teknikko Veli-Pekka Kurosen johdolla jo muutama viikko ennen ensi-iltaa. Saimme paljon uusia ideoita ja inspiraatiota tilassa käymisestä ja teknisten mahdollisuuksien ymmärtämisestä.

Tajusimme myös, että teatteri tilassa teos tulisi olemaan myös immersiiivisempi ja osallistavampi kokonaisuus kuin aiemmin nähdyt versiot. Aiemmin tilassa on ollut vapaus tulla ja mennä, nyt tilaan saavutaan ja ratkaistaan oma sijoittuminen itse suhteessa teoksen tapahtumiin.

### 7.2 Miten dokumentoida Autenttinen liike -työskentelyä?

Halusimme dokumentoida teoksen rakentumisen vaiheita, suunnanantajaksi itsellemme, mutta myös tietoisesti tätä nimenomaista raporttia silmällä pitäen. Tämä oli myös luonnollista jatkumoa elokuun videokuvauksesta, sekä teokseen integroituneesta yleisön kanssa yhteisestä kirjoittamisesta ja piirtämisestä.

Käytännössä meillä oli melko paljon konkreettista materiaalia prosessistamme, ääninauhojen, videoiden ja kirjoitusten muodossa. Halusimme kuitenkin keksiä vielä lisää keinoja dokumentoida prosessiamme, koska pidimme juuri itse prosessia suurella roolilla.

Mahdollisuus palata ajassa taaksepäin johonkin konkreettiseen on itselleni tärkeää, koska aika usein vääristää muistoja.

Halusimme tuoda Autenttisen liike -työskentely, hetkessä syntyvyyden ajatuksen, myös teoksen dokumentointi prosessiin. Niimpä päädyimme työskentelään myös muotoilija opiskelija Oona Vähäkankaankanssa. (ks. Kuva 14) Muotoiluopiskelijoiden joukko oli treenitunneillamme piirtämässä liikettä. Olimme vaikuttuneita hetkessä syntyneistä töistä ja koimme niissä samaa hetkellisyyttä ja ajatusten sysäämistä syrjään kuin omassa Autenttinen liike -työskentelyssämme. Kynän vapaa liike paperilla näyttäytyi meille ns. Tiedostamattomana alitajunnan varassa piirtämisenä. Halusimme saada omasta tekemisestämme tämän tyyppistä konkreettista materiaalia.

Oona Vähäkankaan läsnäolo harjoituksissamme 7.1.2016 oli samalla myös arvokas katsojakokemus ihmiseltä, joka ei ole tanssija. Hän oli kokenut liikkumisemme mielenkiintoiseksi seurata ja olikin ajoittain unohtanut piirtämisen kokonaan uppoutuessaan liikkeeseen.



KUVA 14. Oona Vähäkangas oli mukana harjoituksissamme tammikuussa Hermannin tanssisalissa. Kuva Janna Loukas.

### 7.3 Markkinointi ja sosiaalinen media

Koko kahdeksan kuukauden prosessin ajan panostimme myös työmme promoamiseen ja markkinointiin. Haimme useille festivaaleille ja pidimme säännöllisin väliajoin itse järjestettyjä demo-iltoja, olimme osana Itäisen tanssin aluekeskuksen Tanssi Itää -iltaa, esiinnyimme Kuopion taidelukiolla ja pääsimme osaksi UrbanApa x Ateneum festivaalin ohjelmistoa lokakuussa 2015.

Teimme ensimmäisen promovideon tulevasta teoskesta jo elokuun 2015 lopulla Autenttinen liike -työskentelyn materiaaleista Kuopion kaupunkitiloissa. Käytimme videota myös festivaalihakujen yhteydessä. Kun materiaalia kertyi lisää demojen myötä, teimme seuraavan videopätkän ja lisäsimme sen Youtubeen. Kaikissa videoissa hoidimme kuvauksen itse still-kameroilla eri kuvakulmista. Elokuussa kuvasimme aina vuorotellen niin, että todistaja kuvasi liikkujaa. Näiden materiaalien pohjalta leikkasin Veeran hyväksynnän ja kommenttien jälkeen promo-videot ja teaserit. Linkit videoihin löytyvät tämän raportin osiosta liitteet. (ks. Liittet 4,5,6 s.xx)

Viimeisen kuukauden ajan promosimme aktiivisesti teostamme TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 sosiaalisessa mediassa, lähinnä Facebookin välityksellä. Jaoimme seinällämme promovideoita ja kuvia harjoituksista sekä informoimme uusista käänteistä. Loimme hyvissä ajoin Facebookiin myös tapahtumallemme oman eventin eli tapahtumasivun yhteisen Lähtölaukaus-festivaalin eventin lisäksi. Halusimme mahdollisuuden markkinoida itse teostamme ilman välikäsiä. Oma tapahtuma mahdollisti myös yleisömäärän arvioinnin tarkemmin eventin osallistumisilmoitusten myötä. Alla Facebookin tapahtumasivun teksti:

*TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 on Savonia- ammattikorkeakoulun toisen vuoden tanssinopettajaopiskelijoiden Veera Ahosen ja Karoliina Rosenbergin taiteellinen opinnäytetyö, joka tutkii Autenttinen liike -työskentelyä lavatapahtumana.*

*Teos sai alkunsa Kuopiossa elokuussa 2015, kun Ahosen ja Rosenbergin kokemukset Autenttisesta liikkeestä, sekä luetut että jaetut ajatukset veivät pohtimaan voiko Autenttisen liikkeen viedä lavalle esitysformaattiin. Riittääkö Autenttinen liike -työskentely sellaisenaan? Millainen teos siitä syntyisi? Voiko jotain, mikä on täysin aitoa ja hetkessä tapahtuvaa viedä esityskonseptiin ilman, että se muuntuu feikiksi ja paineistetuksi suorittamiseksi? Mikä on yleisön rooli?*

*Teoksesta on nähty syksyn 2015 aikana useampi Demo- versio eripuolilla suomea. Mm. lokakuussa TÄS ME 10.10.2015 klo 13 ja 14 Helsingissä osana UrbanApa x*

*Ateneum festivaalia. Teos on ollut koko prosessinsa ajan suuressa muutoksessa ja jatkaa tällä tiellä. Tule katsomaan Sotkulle mitä tapahtuu 24.2.2016.*

*Konsepti ja esiintyjät: Veera Ahonen & Karoliina Rosenberg*

*Esitystekniikka: Vellu Kuronen*

*Varaa paikkasi: [lahtolaukaus@gmail.com](mailto:lahtolaukaus@gmail.com)*

*Esityksen kesto on noin 45 minuuttia, jonka jälkeen on avoin yleisökeskustelu.*

*TULE! TULE ÄITIN KANSSA! ISIN KANSSA! NAAAPURI MUKAAN! ILIMASEKS! SAVON SYRÄMMEEN! EI OO ENÄÄ NIIN PALJON PAKKASTAKAAN ETTEIKÖ POROT JUOKSIS! TULE KU KUTSUTAAN!*

*Ps. Teos on osa Lähtölaukaus-festivaalia.*

<https://www.facebook.com/lahtolaukaus/?fref=ts>

## 8 OPINNÄYTE TÄS ME 24.2.2016 KLO 19.00

Tässä luvussa avaan omia kokemuksiani taiteellisesta opinnäytteestämme TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 suhteessa häiriötekijöihin. Pohdin myös yleisökeskustelussa esiin nousseita ajatuksia illasta. Miten koin häiriötekijöiden vaikutuksen omassa Autenttinen liike -työskentelyssäni? Onko kokeminen ja sen arvottamattana jättäminen mahdollisuus? Arvotammeko aina itsellemme, vaikkamme myöntäisikään sitä ääneen?

Kerron tässä luvussa myös esitystilasta ja teoksen tekniikasta. Teos nähtiin helmikuussa osana Savonia-ammattikorkeakoulun valmistuvien taidepedagogien Lähtölaukaus-festivaalia.

### 8.1 Häiriötekijät

Jopa itseni yllätykseksi itse Autenttinen liike -työskentelyn osiossa, eli teoksen kolmannessa osiossa, jossa liikkujat ovat eriytyneet piirimuodostelman keskelle en kokenut häiriötekijöiden vaikutusta omaan kehooni uppoutumisessa juuri lainkaan. Uskon tähän olleen kolme vahvaa syytä:

Olin tehnyt kahdeksan viimeisimmän kuukauden aikana monia kymmeniä tunteja Autenttinen liike -työskentelyä. Kuukausien aikana huomasin selkeää herkistymistä omalle keholleni

ja sen kuuntelulle. Oman kehon vietäväksi uppoutumisen prosessi lyheni ja syveni kerta kerralta.

Luotin täysin teoksen tekniikasta vastaaviin Janna Loukakseen ja Veli-Pekka Kuroseen. En kokenut oloani stressaantuneeksi tai jännittyneeksi teknisten puitteiden vuoksi. Myös luottamukseni toiseen sokeaan kanssani liikkuvaan kehoon oli kehittynyt prosessin aikana vahvaksi.

Kolmanneksi minua auttoivat omaan kehoon syventymisessä teoksen kaksi ensimmäistä osiota: ryhmäytyminen ja ääninauhat. Olin nähnyt jokaisen henkilön joka oli saapunut tilaan, jopa kohdannut. Ainakin katseella. Kehon kuuntelua ja olotilaa pohtimaan ohjanneet ääninauhat oli suunniteltu orientoimaan yleisöä todistajan rooliin, mutta ne toimivat minulle yhtälailla liikkujaksi valmisteluun.

Kuitenkin esityksen jälkeen mietin mitäköhän ihmiset ajattelevat. Oliko tämä teos? Minkälaisia kommentteja paperikäärölle on kirjoitettu. Oliko tää sittenkin vaan silmät kiinni heilumista?

Onko kokeminen ja sen arvottamatatta jättäminen mahdottomuus? Arvotammeko aina kuitenkin itsellemme, vaikkemme myöntäisikään sitä ääneen? Olemme kuitenkin ihmisiä, biopsykososiaalinen kokonaisuus, jokin tunne jää aina. (Toivio & Nordling 2008, 15.)

## 8.2 Yleisökeskustelu

Itse teoksen jälkeen järjestimme halukkaille yleisökeskustelun, jota johti Fox Marttinen. Aloitimme tilaisuuden avaamalla hieman teoksen taustoja ja lähtökohtia. Olisimme helposti voineet puhua tunteja, koska prosessi on ollut pitkä ja monivaiheinen, mutta halusimme päästä itse asiaan: kuulemaan mitä teos oli katsojissa herättänyt vai oliko herättänyt mitään?

Eniten olimme kiinnostuneita tehtävien toimivuudesta ja kuinka ne oli koettu käytännössä. Eräs vanhempi herrasmies oli kokenut vapautumisen ja sallivuuden tunnetta läpi teoksen. Hän oli kokenut tehtävät toimiviksi ja oli toteuttanut niitä omista lähtökohdistaan mielensä mukaan. Tämä kyseinen mies ei ole tanssija tai taiteilija. Eräs tyttö taas kertoi tehtävien ahdistaneen ja lukinneen häntä itseään. Hän oli koko ajan pyrkinyt suorittamaan saamiensa tehtäviä mahdollisimman hyvin ja huolellisesti. Tämä oli vienyt häneltä tilaa nauttia itse liikkeen ja tapahtumien seuraamiselta. Tyttö on kulttuuri-alan opiskelija. Moni muukin taiteen

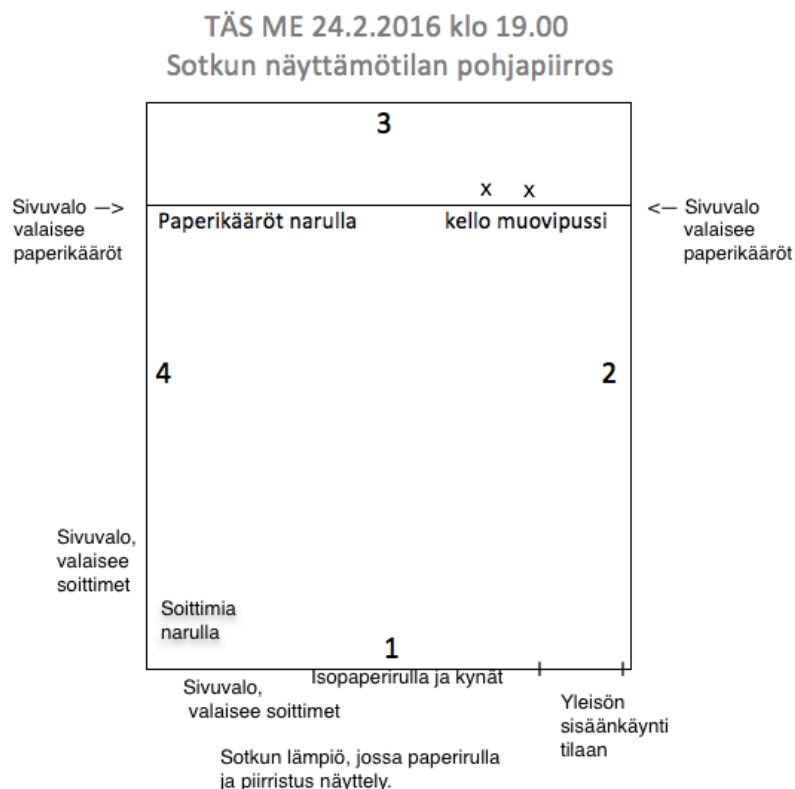
parissa työskentelevä otti tehtävät suorittamisen kannalta ja pyrki suorittamaan tehtävän mahdollisimman hyvin.

Meille tämä suorituskeskeisyys tuli yllätyksenä. Nimenomaan vielä kulttuurin parissa työskenteleviltä ihmisiltä. Pohdin, mistä tämä voisi johtua. Elämme melko suorituskeskeisessä maailmassa ja paljon asioita asetetaan hyvä-huono -akselille. Vaikka teos pyrkii tästä arvottamisen ajattelusta pois, olemme kuitenkin läpi teoksen prosessin arvottaneet ja kyseenailastaneet seitsemän kuukautta teoksessa TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 olevia tapahtumia ja tehtäviä. Näkyykö se läpi tekijöiltään, onko teos itsessään liian harkittu ja pitkälle viety kontekstiinsa? Voisiko tämä aiheuttaa paineita omaankin suoritukseen. Ajatus siitä, etten mokaa toisten rakentamaa kokonaisuutta omalla osuudellani. Voisiko olla mahdollista suuren osallistamisen kautta oman työ- tai opiskelijaminän esiin tulo, jolloin saan paineita omasta suorituksestani? Tätä teoriaa voisi tukea monen ei kulttuurin parissa työskentelevän ihmisen vapautumisen tunne. Ovatko tapahtumat tarpeeksi etäisiä tällaiselle ihmiselle, jolloin voi vain nauttia uusista kokemuksista?

### 8.3 TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 esitystila ja –tekniikka

Teoksen TÄS ME 24.2.2016 valosuunnittelu tapahtui yhteistyössä Sotkun oman tekniikan Veli-Pekka Kurosen kanssa. Meillä oli ajatus valojen vapaasta dramaturgiasta, joka tukisi koko teoksen hetkessä syntymisen ajatusta. Samasta syystä halusimme teokseen opponenttimme Janna Loukaksen ajamaan ääninauhat, jotka olivat avainasemassa kuljettamassa teosta eteenpäin kohtauksesta ja tehtävästä toiseen.





KUVA 15. Kartta esitystilasta, Sotku 24.2.2016. Kuva Karoliina Rosenberg.

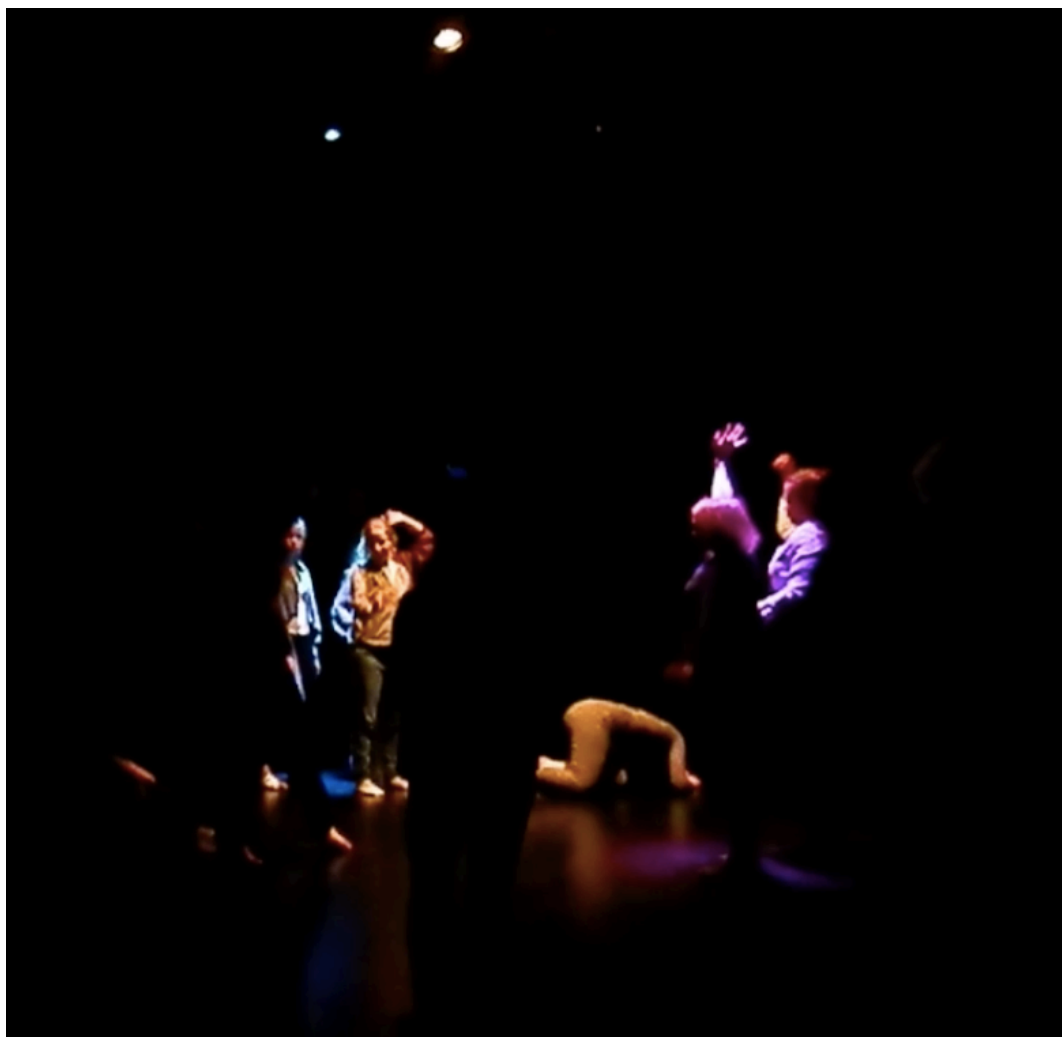
### 8.3.1 TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 Valojen toteutus

Ensimmäisissä tekniikkaharjoituksissamme Sotkulla esittelimme live-dramaturgian idean Veli-Pekalle eli Vellulle. Hän otti haasteen vastaan. Kokeilimme valomarsujen, eli valoissa ti-lallamme olevien ihmisten, johdolla erilaisia valotilanteita visuaalisesti ulkopuolisina, mutta myös myös itse valoissa olevina vaikutuksien huomioimiseksi. Emme karsineet kokeilujen pohjalta mitään pois oman häiriintymisemme pohjalta, koska halusimme tutkia nimenomaan valojen vaikutusta omaan kehoon syventymisessä. Tapahtunut valojen karsinta oli suhteessa visuaaliseen ilmeeseen, erilaisten maailmojen luomiselle silmät auki oleville todistajille. Kokeilu oli kuitenkin tarpeellinen suurempien yllätyksien välttämiseksi. Esimerkiksi kenraalissa huomasin silmiäni haluavan aueta kirkkaassa valossa refleksinomaisesti, sain siis kenraalissa totutella jo hieman näyttämötilan uusiin häiriötekijöihin.

Itse teokseen päättyi kymmenen eri valotilannetta Vellulle hyödynnettäviksi. Spotti-valoja, värillisinä sekä kirkkaina, liikkuvia ja kuviollisia teemavalvoja. Vapaaseen valodramaturgiaan kuului myös lisäksi vain liikkujat valaiseva laaja lempeäreunainen spotti, sekä yleisön esiintuova lähes yleisvalon laajuinen spottimainen valotilanne. Valotilanteiden lisäksi värikkäät



paperiset tehtävärullat oli valaistu läpi teoksen. Sisääntulosta katsoen vasemman etunurkautuksen soittimet saivat myös oman valotilanteensa yleisön huomion herättämiseksi



Kuva 15. Valotilanne kaksi värillistä spottia, todistajia mukana liikkeessä. Pysäytyskuva videolta.

### 8.3.2 TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 ääninauhan ajo

Halusimme ääniä ajamaan henkilön, joka oli ollut mukana prosessissa ja tunsu teoksen rakenteen. Janna oli ollut mukana jo demo-vaiheessa tekniikka-apunamme, joten oli luontevaa kysyä häntä myös helmikuun esitykseen mukaan. Janna Loukas on myös tanssija, joten luotimme hänen kykyynsä arvioida kestoja ja teoksen rytmittämistä. Uskon, että ainakin oma kokemukseni olisi ollut erilainen, jos äänten ajaja ei olisi ollut tuttu teoksemme kanssa. Jannaan luotin sataprosenttisesti ja sain mahdollisuuden uppoutua omaan kehooni luottavaisin mielin teoksen kulun osalta.

## 9 POHDINTA

Tässä luvussa avaan mietteitäni teoksen yleisösuhteista, sekä omaa syventymisestääni Autenttinen liike -työskentelyyn prosessin aikana. Pohdin myös teoksen lopputulemaa ja asemaa taiteen kentällä. Nostan esiin myös Autenttinen liike -työskentelyn tanssipedagogin näkökulmasta.

### 9.1 Vapaus ja vastuu katsojalle

Tämän teoksen tekemisessä luotimme siihen, että intersubjektiivinen maailma on olemassa, että liike voi olla ymmärrettävää jaetun ja eletyn maailman perusteella. (Tieteentermipankki 2015.) Halusimme luottaa tähän intersubjektiiviseen ymmärrettävyyteen ja olla luomatta teemoja tai maailmoja teoksen ja liikkeen ympärille. Luottaa katsojaan ja antaa tilaa jokaisen todistajan henkilökohtaisen kokemuksen rakentumiselle.

Teoksessa TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 ei pyritty suoraan sanomaan mitään tai kuvaamaan maailman tilaa tai sen epäkohtia tanssin tai muun kerronnan keinoin. Kaikki esiintyjien liike teoksessa on juuri siinä hetkessä, vallitsevasta kehon tilasta ja olemuksesta sisältä käsin syntyvää. Myös Veli-Pekka Kurosen ajamat valot tapahtuivat live-dramaturgian keinoin kymmentä ennalta määriteltyä valotilannetta hyödyntäen. Mielestäni juuri tämä onkin se mitä teos haluaa viestiä. Ollaan hetki tässä ja nyt, yhdessä. Kenenkään ei tarvitse yrittää tai olla mitään muuta kuin on, saada mahdollisuus kokemiselle. Ateneumin ensimmäisen klo 13.00 esityksen jälkeen Ateneum salin tuottaja Mika Väyrynen totesikin: "Tällainen tarvittasiin tänne joka lauantai. Ei ihmiset osaa enää pysähtyä!"

Itselleni mielenkiintoisempaa on antaa katsojalle oman tulkinnan ja henkilökohtaisen näkemisen vapaus sekä mahdollisuus kuin yrittää kertoa jotain mikä, on minulle tekijälle tärkeää. Jokainen näkee teoksessa asioita omasta historiastaan käsin. Juuri tästä syystä on mielestäni ylipäättään mahdotonta kyetä kertomaan jokaiselle katsojalle samaa tarinaa.

### 9.2 Syventyminen Autenttinen liike -työskentelyyn prosessin aikana

Koen vahvasti tämän prosessin aikana oppineeni uppoutumaan yhä syvemmin vain omaan kehooni ja kuuntelemaan rehellisesti sieltä kumpuavia liikeimpulsseja. Huomasin selkeästi myös näiden kahdeksan kuukauden aikana tämän prosessin nopeutuneen tiiviiden työskentelyjaksojen aikana. Helmikuun lähestyessä enää silmien sulkeminen ja vain muutama sekunti riitti täyteen keholle antautumiseen.

Tämä oli myös yksi asia, mikä kyseenalaistettiin yleisöstä käsin. Miten emme kaivanneet vain paikallaan oloa ja kehoon uppoutumista liikkeelle lähtöön? Pohdinkin jälkikäteen olisiko ollut tarpeellista jättää taukoa omaan Autenttinen liike –työskentelyn tekemiseen ennen taiteellisen opinnäytteenme ensi-iltaa. Mielestäni tällaiset toimenpiteet olisivat kuitenkin olleet jo liian pitkälle vietyjä ja vieneet väärään suuntaan teoksemme pohja-ajatuksesta. Tavoitteemme oli tutkia häiriötekijöiden vaikutuksia ja Autenttinen liike –työskentelyn tuomista esityskonseptiin. Tässä prosessissa kävi siis ilmi, että häiriötekijöiden sulkemista itsensä ulkopuolelle ja omaan kehoon uppoutumista voi kehittää.

Itse taiteellisen opinnäytteen TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 esityksessä oman kehon kuunteluun ja sen vietäväksi heittäytymiseen auttoi suuresti luottamukseni koko työryhmäämme. Luotin Veera Ahosen kanssaliikkujana ja kehojemme yhteiseen historiaan, ilman pelkoa toistemme satuttamisesta. Luotin Jannaan ja Velluun teoksen teknisestä vastuunkannosta.

### 9.3 Teoksen tulevaisuus

Teoksella TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 on mielestäni paljon potentiaalia ja arvoa. Googlasta hakemalla tai oman kokemuksen pohjalta, voin sanoa etten ole kuullut että Autenttinen liike -työskentelyä sellaisenaan olisi viety esityskonseptiin. Tomi Paasonen on muutama vuosi sitten tehnyt Autenttinen liike -työskentelyä hyödyntäneen demon Yksin Sateessa -festivaalilla Joensuussa. Paasonen kuitenkin kertoo, kuinka hän pyrki kokeilussaan haastamaan katsojia, jotka ilmeisesti myös olivat todistajan roolissa, juoksemalla ja tekemällä tarkoituksen mukaisesti isoa liikettä. Me emme aidosti pyrkineet mihinkään muuhun, kuin oman kehomme kuunteluun.

Teoksen jonka teimme Ahosen kanssa taiteellisena opinnäytteenämme, voi siirtää moniin eri tiloihin. Tehtäviä muuntamalla teoksen voi soveltaa minkälaiselle yleisölle tahansa. Teos ei vaadi juuri tietynlaista tilaa tai vaadi suuria teknisiä puitteita. TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 oli jo pisimmälle viety versio, mitä teoksesta on nähty. Itse jäin pohtimaan, oliko se jo liian pitkälle suunniteltu: olisiko jotain voinut jättää suuremmin sattuman varaan? Sijoitimme tilaan esimerkiksi juuri oikean määrän tehtävä rullia suhteessa yleisöön, joten tämä ei tuonut yllätyksiä, vaan tuntui lähinnä liian suunnitelmalliselta ja turhalta työltä suhteessa teoksen lähtökohtiin ja tavoitteisiin.



KUVA 16. Ääninauha ohjeistaa kaikkia tilassa läsnäolijoita kuuntelemaan omaa kehoaan. Pysäytyskuva viodeolta.

Koen, että ohjeistuksemme ääninauhalla oli ajoittain hieman pitkä ja haastava katsojana sisäistää. Toisaalta teos sisältää monelle katsojalle paljon uusia elementtejä, joten selkeä ohjeistus on mielestäni välttämätöntä. Voisiko sitä tehdä toisin, tätä pohdimme jo prosessimme aikana. Emme ainakaan vielä keksineet parempaa, mutta nyt jälkeenpäin tuohon helmikuun esitykseen videoiden kautta palatessani olen sitä mieltä, että ääninauhaa olisi voinut käyttää hieman eri tavoin. Esimerkiksi teoksen ensimmäisen vaiheen lopulla, ennen kun yleisö lähtee hakemaan paperirullia tilasta, ääninauhan viimeisessä kappaleessa sanotaan: ”Tänään jokaisella todistajalla on myös lisätehtävä. Kun kohta avaat silmäsi, käy valitsemassa tilassa roikkuvista rullista yksi itsellesi. Lue se ja paina mieleen oma tehtäväsi. Tämän jälkeen siirry muodostamaan piiri liikkujien ympärille yhdessä muiden todistajien kanssa. Pidä huoli, että silmät kiinni ovat liikkujat eivät pääse poistumaan piiristä.” Tämä ohjeistus olisi voinut tulla mielestäni vasta silmien avaamisen jälkeen. Olisiko ohjeita kuunneltu piirin muodostamiseen saakka? Ehkä sen riskin olisi voinut ottaa.

#### 9.4 Autenttinen liike -työskentely pedagogin työkaluna

Opinnäytetyömme on tuonut Autenttinen liike -työskentelyä uusien ihmisten tietoisuuteen ja näin olemme edistäneet sen tunnettavuutta. Myös omaa ammattitaitoani taiteilija-pedagogina ajatellen opinnäytetyömme merkitys on ollut suuri. Autenttinen liike -työskentelystä ei puhuta paljon, juuri ollenkaan, tanssikoulumaailmassa. Koen, että esimerkiksi itselleni tutustuminen Autenttinen liike -työskentelyyn jo tanssikoulu aikana olisi edistänyt omaa kehitystäni kohti ammattiopintoja ja tanssin ammattilaiskenttää. Opettanut tun-

temaan oman kehoni ja sen mahdollisuudet paremmin. Kuka minä olen liikkujana ja millainen on juuri minun kehoni.

Opettaessani Autenttinen liike -työskentelyä tulevaisuudessa minulla on koreografisen prosessin jälkeen enemmän kokemusta aiheesta ja sen monipuolisista käyttö mahdollisuuksista. Tämä prosessi on antanut minulle varmuutta ja tietoa pedagogina viemään Autenttinen liike -työskentelyä ja oman kehon kuuntelun merkitystä myös harrastajien tietoisuuteen. Uskon oppilaiden pääsevän viemään omaa kehollista prosessiaan yhä syvemmälle tämänkaltaisen kehotietoisuuden harjoittamisen kautta.

## 10 TEOKSEN HENKILÖKOHTAISUUS JA MERKITYS MINULLE

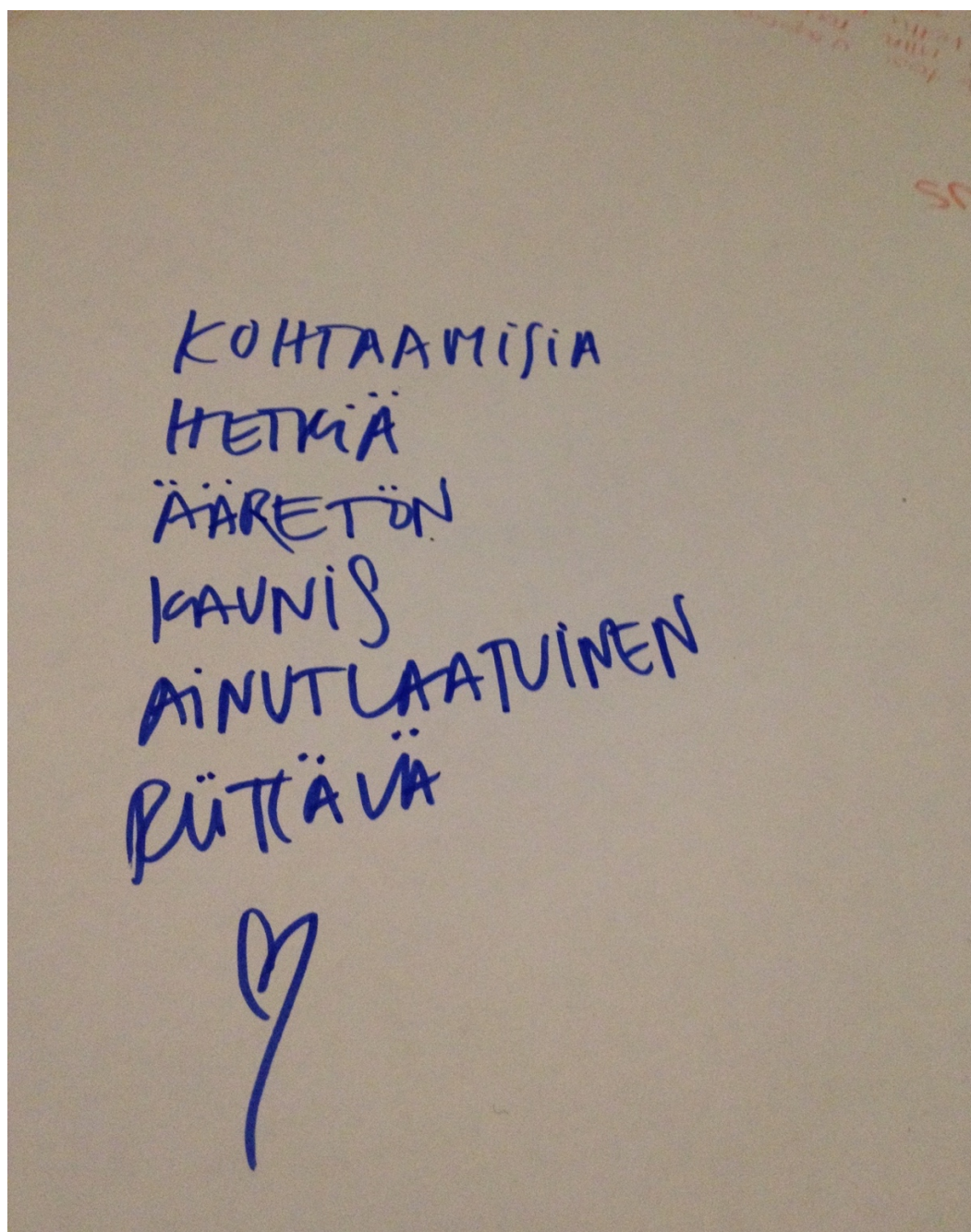
Itselleni koko teos ja sen prosessi on ollut opettavainen kokemus. Työskentely Veera Ahosen kanssa on ollut ajoittain haastavaa, hyvin erilaisten työskentely tapojemme johdosta, mutta toisaalta olen oppinut häneltä paljon. Mielestäni toimimme hienosti toistemme sparraajina, eikä yksikään idea päätynyt vahingossa teokseen. Mielestäni ajoittain pohdimme asioita ehkä turhankin laajalti. Ehkä ennakoiva rajaaminen olisi ollut fiksua?

Itselleni tämä Autenttinen liike -työskentelyn tutkiminen on tuonut lisää varmuutta omista kiinnostuksen kohteistani. Päästä irti -sooloteokseni, ja samalla tanssijantutkintoni päättötyö vuonna 2013, tutki toiston ja liian kauan tekemisen rajapintoja. Kontaktia yleisöön ja kinesteettisen aistin herättämistä katsojakokemuksen läpi. Olin tuolloin kiinnostunut erityisesti siitä, kuinka liike itsessään riittää ja voi olla mielenkiintoista. Halusin todistaa, ennen kaikkea itselleni, kuinka vain liike voi luoda niin monta tulkintaa kuin on katsojaakin. Olin jo vuonna 2014 kiinnostunut myös esiintyjän suhteesta yleisöön, kinesteettisen aistin herättämisestä katsojassa ja osallistamisesta. Nämä teemat säilyvät itselleni merkityksellisinä ja pääsen niissä koko ajan syvemmälle. Omat teokseni ovat vuosien mittaan kääntyneet yhä voimakkaammin yleisöä osallistamaan suuntaan ja työryhmän jäsenenä pyrin ohjaaman teosta aina kohti yleisön huomioivaa otetta.

Mielestäni tanssialan ammattilaisena on syytä pyrkiä jatkuvaan itsensä kehittämiseen sekä tunnistaa työnsä yhteys omaan historiaansa. Menneisyyden vaikutus nykyisyyteen ja nykyisyyden vaikutus tulevaan. Esimerkiksi tässä kontekstissa edelliset taiteelliset työt ja kuinka ne ovat vaikuttaneet taas uuden teoksen syntyyn ja sen prosessiin.

Uskon, että tätä kautta voimme ymmärtää yhteyden omiin mahdollisuuksiimme myös tulevaisuudessa. Uskon elinikäisen oppimisen teoriaan ja siihen, että kaikki vaikuttaa kaikkeen. Se mitä teemme ja toisaalta se minkä jätämme tekemättä. Ymmärtämällä menneisyyttämme voimme ymmärtää nykyhetkeä ja pohtia tulevaa. Mielestäni tanssitaiteilijana ja tulevana taiteilijapedagogina minulla on velvollisuus miettiä, mikä on oma tarkoitukseni ja mahdollisuuteni työllistyä taiteenkentällä.

Autenttinen liike -työskentely on vielä melko tuntematon käsite Suomessa. Itse olen löytänyt paljon tämän kehotietoisuuden harjoittamisen metodin kautta. Haluaisin olla mukana tuomassa tätä työskentely muotoa yhä useampien tietoisuuteen.



KUVA 17. Paperirulla kirjoitus 24.2.2016. Kuva Karoliina Rosenberg.

Olen ylpeä rohkeudestamme säilyttää pohja-ajatuksemme Autenttinen liike –työskentelyn tuomisesta sellaisenaan esitykselliseksi tapahtumaksi. Kehityksestämme omaan kehoomme uppoutumisessa, rehellisyydestä omaa kehoa ja liikettä kohtaan. Olen ylpeä Autenttinen liike -työskentelyä tutkivasta teoksestamme TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 ja aion jatkaa aiheen tutkimista.



## 11 LÄHTEET

Authentic Movement Community. [Viitattu 9.6.2016] Saatavissa:  
<http://www.authenticmovementcommunity.org/about>

BANES, Sally. 2003. Spontaneus Combustion. Notes on Dance Improvisation from the Sixties to the Nineties. Julkaisu: ALBRIGHT COOPER, Ann, GERE, David 2003. Taken by Surprise, A Dance Improvisation Reader, United States of America: Wesleyan University Press.

MONNI, Kirsi. 2004. Alexander -tekniikka ja Autenttinen liike -työskentely. Kaksi kehontaiduuden harjoittamisen metodia. Teatterikorkeakoulu Helsinki: Tanssitaiteen laitoksen julkaisusarja Kinesis 1. [Viitattu 9.6.2016] Saatavissa:  
<https://helda.helsinki.fi/bitstream/handle/10138/32982/kinesis1.pdf?sequence=1>

HAAPALA, Sami Henrik. Blogi kirjoitus Upotettu-katsoja. [Viitattu 8.4.2016 ] Saatavissa:  
[http://samihenrik.me/wp-content/uploads/2015/07/Upotettu-katsoja\\_Net.pdf](http://samihenrik.me/wp-content/uploads/2015/07/Upotettu-katsoja_Net.pdf)LIITTEET

HEIKKINEN, Anu. 2015. Yle Areena, Kultakuume-ohjelma. Katsoja olet keskellä esitystä! – jakso. [Viitattu 10.4.2016] Saatavissa: <http://areena.yle.fi/1-2532204>

LE DANSEUR TERRIBLE. 2016. Karoliina Rosenberg ja Veera Ahonen: TÄS ME. Faux Pas- Harha-askelia tanssimailmassa. [Viitattu 9.5.2016] Saatavissa:  
<https://ledanseurterrible.wordpress.com/2016/03/01/karoliina-rosenberg-veera-ahonen-tas-me/>

SEDERHOLM, Helena. 2000. Tämähkö taidetta? WSOY.

SUHONEN, Tiina (toim.). 1991. Hetken vangit. Jyväskylän yliopisto Jyväskylä: VAPK-kustannus.

Tieteentermipankki. 2015. [Viitattu 8.4.2016] Saatavissa:  
<http://tieteentermipankki.fi/wiki/Kielitiede:intersubjektiivisuus>

TOIVIO, Timo., NORDLING, Esa. 2011. Tampere: Edita Publishing Oy.

UrbanApa. [Viitattu 4.6.2016] Saatavissa: <http://urbanapa.fi/wtf/>



## 12 LIITTEET

Liite 1 Käsiohjelma UrbanApa x Ateneum

Liite 2 Käsiohjelma TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00

Liite 3 Juliste TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00

Liite 4 Authentic sessions 08/2015, teoksen TÄS ME xx.xx.20xx klo xx promovideo  
[https://www.youtube.com/watch?v=kT0r\\_CWzzAY](https://www.youtube.com/watch?v=kT0r_CWzzAY)

Liite 5 TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 teaseri  
<https://www.youtube.com/watch?v=G1X4TBZAVRw>

Liite 6 Ääninauha TÄS ME 10.10.2015 klo 13.00 & 14.00

Liite 7 Ääninauha TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00



**UrbanApa  
X  
Ateneum**

**ESITYKSET  
YMPÄRI MUSEOTA**

**THIS IS GRAND // MY DRAG BODIES //  
POST POST NATURE //  
TÄS ME 10.10.2015 klo 13.00 / 14.00//  
INTERTAJUNTATUTKIMUS**

## LIITE 2: Käsiohjelma TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00

TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00



Konsepti ja tanssi:  
Veera Ahonen & Karoliina Rosenberg

Ääni: Nelli Ojapalo  
Äänen ajo: Janna Loukas  
Valot: Veli Pekka Kuronen

Kiitos Janna Loukas, Paula Salosaari,  
Nelli Ojapalo, Niko, Nuutti



Tuki maasta  
Pysähdy  
Riuhtomista, hengitä  
Kohti tilaa  
Käden suihkaus

Sisältäpäin eri  
Saa katsoa  
Läiskyttää, pohjasta pintaan  
Tuttuja kaaria  
Toisto ja edestakaisuus.

LUPA KATSOA

Jalka ylös, kiertähtää, kierähtää-  
Pää maassa, lantio ylhäällä  
JUST NYT Pää... Painovoima ja  
Painaumat.



LIITE 3: Juliste TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00

# TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00

Keskiviikko 24.2.2016 klo 19.00 Sotku, Suokatu 42/2 Kuopio

Konsepti ja tanssi: Veera Ahonen & Karoliina Rosenberg

Paikkavaraukset ja lisätiedot: [lahtolaukaus@gmail.com](mailto:lahtolaukaus@gmail.com)

Facebook: TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 *Vapaa pääsy!*



Liite 4 Authentic sessions 08/2015, teoksen TÄS ME xx.xx.20xx klo xx promovideo

[https://www.youtube.com/watch?v=kT0r\\_CWzzAY](https://www.youtube.com/watch?v=kT0r_CWzzAY)

Liite 5 TÄS ME 24.2.2016 klo 19.00 teaseri

<https://www.youtube.com/watch?v=G1X4TBZAVRw>

## LIITE 6: Ääninauha 10.10.2016 klo 13.00 &amp; 14.00

Liikkujat asettuvat makaamaan keskelle tilaa. Ihmiset saapuvat/ovat saapuneet tilaan.  
(Tilassa soi musiikki, kun musiikki lakkaa ääninauha käynnistyy.)

Veera puhuu: Sä tulet näkemään palasen musta. Siitä mitä mä ja mun keho ollaan tänään. Tän hetken ajan mä en arvostele itseäni tai liikkettäni. Mä en yritä ajatella tai esittää mitään. Mä annan mun kehon olla just sellanen, kun se tänään on ja liikkua just niin kuin se tänään liikkuu tai ei liiku. Sulla on lupa katsoa. Sun ei tarvitse miettiä tykkäätkö sä siitä mitä näät. Just nyt, näe vain se mitä on tässä hetkessä. Nyt ei oo olemassa hyvää tai huonoa. On vaan tää hetki.

Karkki puhuu: Tuki maasta. Riuhtomista, hengitä. Kohti tilaa. Käden suihkaus. Sisältä päin eri. Saa katsoa. Läiskyttää. Pohjasta pintaan. Tuttuja kaaria. Toisto ja edestakaisuus. SUL- LA ON LUPA KATSOA Jalka ylös, kierähtää, kierähtää kierähtää- pää maassa, lantio ylhäällä. JUST NYT Pää. Painovoima ja Painaumat.

(Nämä tekstit oli luettu ääninauhalle päällekkäisiksi, ikään kuin oudoksi keskusteluksi.)

Janna:

Pysähdy siihen, missä nyt olet. Hengitä kerran syvään ja sulje silmäsi. Tänään on lokakuun kymmenes päivä ja kello on 13:00/14:00.

Seuraavien kahdenkymmenen minuutin ajaksi haastamme teidät olemaan läsnä tässä hetkessä. Ke- nenkään ei tarvitse yrittää tai olla mitään muuta kuin mitä on. Hengitä syvään ja uloshengityksellä vapauta mielesi kaikesta turhasta.

Miltä kehossasi tuntuu juuri nyt?

Onko jokin kohta erityisen jännittynyt?

Suuntaa ajatuksesi ja hengityksesi siihen kohtaan kehoasi. Koeta päästää irti jännityksestä ja ren- touttaa koko kehosi. Tunne kehon paino ja lattian tuki jalkojesi alla.

Authentic movement eli autenttinen liike on improvisaatiolähtöistä liikkeen vapauteen perustuvaa hetkessä olemisen tutkimista ja harjoittelua. Autenttista liikettä tehdään usein silmät kiinni hiljaisuudessa. Liikkujan roolissa oleva katsoo sisäänpäin omaan kehoonsa ja seuraa sieltä kumpuavia lii- keimpulsseja.

Silmät kiinni oleva liikkuja tarvitsee todistajan. Tänään te kaikki olette todistajia kahdelle liikkujalle. Katsomalla te annatte todistajina liikkeelle merkityksen. Todistajan tehtävä on myös suojella liikku- jaa. Liikkujat voivat olla kontaktissa toisiinsa ja todistajiin. Jos kuiten-

kin näyttää siltä, että sinua it- seäsi, toista todistajaa tai jompaa kumpaa liikkujista voi sat-  
tua, ohjaa silmät kiinni olevaa liikkujaa kosketuksellasi. Reagoi siis siihen mitä näet ja koet.

Jokaisella todistajalla on lisäksi yksi oma tehtävä. Kun kohta avaat silmät, näet ihmisen, jol-  
la on kel- tainen peltipurkki kädessään. Ota purkista yksi lappu. Lue se ja paina mieleen  
oma tehtäväsi. Tämän jälkeen siirry muodostamaan piiri liikkujien ympärille yhdessä mui-  
den todistajien kanssa. Koko teok- sen ajan pidä huoli, että silmät kiinni olevat liikkujat  
eivät pääse poistumaan piiristä.

Nyt voit avata silmäsi.

Piirin muodostaminen ja 15 minuutin autenttinen. Aikatodistaja lopettaa setin sanoihin  
"Vielä muutama minuutti aikaa löytää lopetus. Kun olet valmis, avaa silmäsi."

Liikkujat avaavat silmät ja nousevat seisomaan.

Sulje silmäsi. Kiitos todistamisesta. Ota hetki aikaa itsellesi ja käy läpi, mitä näit ja koit to-  
distajan roolissa. Kun olet valmis, avaa silmäsi. Tule kirjoittamaan tai piirtämään jotakin  
kokemuksestasi yh- teiselle paperille.

Todistajien ollessa silmät suljettuina, liikkujat avaavat paperin ja laittavat kynät esille.

Paperille päivämäärä, kellonaika ja paikka.

The End (luultavasti seuraavien tutkijoiden teos alkaa, joka toimii luontevana lopetukse-  
na/jatkumona)

## LIITE 7: Ääninauha TÄS ME 24.2. klo 19.00

Ihmiset saapuvat näyttämö tilaan.

## Raita 1

Tänään on 24. helmikuuta ja kello on 19.00. Ensimmäiseksi, muodostakaa jono pituusjärjestyksessä. Pisin henkilö asettuu lähimmäs seinää 3 kasvot kohti tätä seinää. Lyhin henkilö jää lähimmäksi seinää 1 kasvot kohti seinää 3.

## Raita 2

Ottakaa ääneen luku neljään aloittaen pisimmästä henkilöstä. Muista oma numerosi.

## Raita 3a

Ykköset siirtykää seinälle 1.

## Raita 3b

Kakkoset siirtykää seinälle 2.

## Raita 3c

Kolmoset siirtykää seinälle 3.

## Raita 3d

Neloset siirtykää seinälle 4.

## Raita 4

Nyt, riisukaa kengät ja asettakaa ne lattialle seinän viereen. Jääkää seisomaan omien kenkien eteen katse kohti vastakkaista seinää.

## Raita 5

Vaihtakaa paikkaa oikealle seuraavan kenkäparin kohdalle.

## Raita 6

Seuraavaksi vaihtakaa paikkoja tilassa niin, että kukaan ei saa asettua vieressään vasemmalla tai oikealla olevien kenkäparien kohdalle.

## Raita 7

Anna katseesi kiertää tilassa, kun tavoitat jonkun henkilön katseen, vaihtakaa paikkaa keskenänne. Vaihda niin monta kertaa, kunnes olet käynyt jokaisella neljällä seinällä/seinustalla. Kun olet valmis, jää seisomaan ja siirrä oikea jalkasi selkeästi edemmäs kuin vasen jalkasi.



## Raita 8

Anna painon siirtyä oikealle jalalle ja viedä sinut liikkeelle. Lähde vapaasti kävelemään tilassa.

## Raita 9

Anna jalkapohjiesi rullata lattianpintaa vasten, hengityksesi virrata ja käsiesi heilua rennosti sivuilla.

## Raita 10

Kiinnitä huomiota tilassa oleviin ihmisiin ja esineisiin. Mitä näet?

## Raita 11

Pysähdy siihen, missä nyt olet. Hengitä kerran syvään ja sulje silmäsi. Seuraavien kahdenkymmenen minuutin ajaksi haastamme teidät olemaan läsnä tässä hetkessä. Kenenkään ei tarvitse yrittää tai olla mitään muuta kuin mitä on.

## Raita 12

Keskity kuuntelemaan hengitystäsi. Sinun ei tarvitse muuttaa siitä mitään, anna sen virrata vapaasti. Miltä kehossasi tuntuu juuri nyt? Jos jossain osassa kehoasi tunnet kylmyyttä tai lämpöä, jännitystä tai rentoutta, niin vain huomioi se, arvostelematta ja yrittämättä muuttaa tuntemuksiasi. Anna itsesi rauhoittua tähän hetkeen.

## Raita 13

Tunne kehon paino ja lattian tuki jalkojesi alla.

Siirrä painoa kantapäiltä päkiöille, sivulta toiselle.

Anna painon taas jakautua tasaisesti molemmille jaloille.

Tunne kuinka kasvat lattian pinnasta koko matkan jalkaterien, polvien, lantion, selkärangan ja pää- laen läpi suoraan ylöspäin.

## Raita 14

Seuraavalla sisäänhengityksellä nosta molemmat kätesi hitaasti kohti kattoa ja venytä kehoasi täyteen pituuteensa. Uloshengityksellä tiputa kätesi alas ja anna pääsi painon lähteä viemään sinua kohti lattiapintaa. Voit jatkaa painon pudotusta niin pitkälle kuin haluat.

## Raita 15

Palauta itsesi neutraaliin seisoma-asentoon rauhassa omaan tahtiisi. Pidä silmäsi edelleen kiinni.

## Raita 16

Authentic movement eli autenttinen liike on improvisatorista liikkeen vapauteen perustuvaa het- kessä olemisen tutkimista ja harjoittelua ilman tapahtumien arvottamista. Autenttista liikettä teh- dään usein silmät kiinni hiljaisuudessa. Liikkujan roolissa oleva katsoo si- säänpäin omaan kehoonsa ja seuraa sieltä kumpuavia liikeimpulsseja.

Silmät kiinni oleva liikkuja tarvitsee todistajan. Tänään te kaikki olette todistajia kahdelle liikkujalle. Katsomalla ja olemalla läsnä te annatte todistajina liikkeelle merkityksen. Todis- tajan tehtävä on myös suojella liikkujaa. Liikkujat voivat olla kontaktissa toisiinsa ja todista- jiin. Jos kuitenkin näyttää siltä, että sinua itseäsi, toista todistajaa tai jompaa kumpaa liik- kujista voi sattua, ohjaa silmät kiinni olevaa liikkujaa kosketuksellasi. Reagoi siis siihen mitä näet ja koet.

Jokaisella todistajalla on myös lisätehtävä. Kun kohta avaat silmäsi, käy valitsemassa tilassa roikku- vista rullista yksi itsellesi. Lue se ja paina mieleen oma tehtäväsi. Tämän jälkeen siirry muodosta- maan piiri liikkujien ympärille yhdessä muiden todistajien kanssa. Pidä huoli, että silmät kiinni olevat liikkujat eivät pääse poistumaan piiristä.

Nyt voit avata silmäsi.

Piirin muodostaminen ja 20 minuutin autenttinen. Aikatodistaja lopettaa setin sanoihin ”Vielä muutama minuutti aikaa löytää lopetus. Kun olet valmis, avaa silmäsi.”

Liikkujat avaavat silmät ja nousevat seisomaan.

## Raita 17

Sulje silmäsi. Kiitos todistamisesta. Ota hetki aikaa itsellesi ja käy läpi, mitä näit ja koit to- distajan roolissa.

## Raita 18

Kun olet valmis, avaa silmäsi. Tule kirjoittamaan tai piirtämään jotakin kokemuksestasi yh- teiselle paperille.

Todistajien alkaessa avata silmiään, paperirulla avataan ja kirjoitus/piirtämis välineet tuo- daan sen luo.